

**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

ΣΧΟΛΗ: ΣΕΥΠ

ΤΜΗΜΑ: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΣΜΕΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΚΑΤΙΡΟΓΛΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΠΕΠΑ ΜΑΡΙΑ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ
Πρόλογος.....	1
Εισαγωγή.....	2
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ	
Στοιχεία ανατομίας του δέρματος.....	3
Στοιχεία ιστολογίας του δέρματος.....	4
Αδένες του δέρματος.....	8
Κερατινοποίηση.....	9
Υδρολιπιδική ταινία της επιδερμίδας – Όξινος μανδύας.....	10
Δερματική απορρόφηση.....	10
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ	
Τύποι δέρματος.....	12
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ	
Αφυδάτωση του δέρματος.....	14
Ενδογενείς παράγοντες που ευθύνονται για την αφυδάτωση του δέρματος.....	16
Εξωγενείς παράγοντες που μπορούν να προκαλέσουν αφυδάτωση.....	17
Η αφυδάτωση μια παροδική κατάσταση.....	18
Το ενυδατωμένο δέρμα.....	19
Από τι εξαρτάται η φυσιολογική ενυδάτωση του δέρματος.....	19
ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ	
Εκδηλώσεις της γήρανσης στο δέρμα.....	20
Φωτογήρανση ή πρόωρη γήρανση του δέρματος.....	23
Κλινικές διαφορές χρονογήρανσης-φωτογήρανσης.....	24
Βλαπτικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας στον ανθρώπινο οργανισμό.....	25
Φυσικοί μηχανισμοί άμυνας του δέρματος κατά της ηλιακής ακτινοβολίας.....	27
Αντηλιακά προϊόντα.....	29
Η εμφάνιση του δέρματος των ενηλίκων.....	30
Το δέρμα στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση.....	31

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

Αντιμετώπιση της αφυδάτωσης.....	32
Ειδικοί υδατικοί παράγοντες που είναι και συστατικά του δέρματος.....	34
Ο ρόλος του σμήγματος στη διατήρηση της ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας.....	36
Το γενικό πλαίσιο περιποίησης του αφυδατωμένου δέρματος από τον/την αισθητικό.....	36
Ποιά τα στάδια θεραπείας (αντιμετώπισης) του αφυδατωμένου δέρματος από τον/την αισθητικό.....	37
Φρουτοθεραπεία.....	38
Συμβουλές για καθημερινή φροντίδα στο σπίτι σε άτομο με αφυδατωμένο δέρμα.....	39
Σωστή περιποίηση του δέρματος.....	40
Επίλογος.....	44
Βιβλιογραφία.....	45

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η εργασία αυτή έχει στόχο να ενημερώσει κάθε ενδιαφερόμενο σχετικά με την αφυδάτωση του δέρματος, επειδή είναι μια κατάσταση που μπορεί να εμφανιστεί σε πολλά άτομα ανεξάρτητα από την ηλικία (αν και συνήθως είναι πιο συχνή σε μεγάλες ηλικίες) και από τον τύπο του δέρματος (γιατί όλοι οι τύποι δέρματος, κανονικό, ξηρό και λιπαρό μπορεί να αφυδατωθούν). Γι' αυτό το λόγο διερευνήθηκαν οι παράγοντες που προκαλούν αφυδάτωση, οι τρόποι προστασίας του δέρματος και η αντιμετώπιση της αφυδάτωσης.

Στις σελίδες που ακολουθούν γίνεται αρχικά ανάλυση του δέρματος (όπως ανατομία και ιστολογία του δέρματος, αδένες του δέρματος, τύποι του δέρματος κ.α.). Στη συνέχεια δίνεται ο ορισμός της αφυδάτωσης και περιγράφονται οι παράγοντες που την προκαλούν.

Έπειτα περιγράφονται οι εκδηλώσεις της γήρανσης στο δέρμα, οι βλαπτικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας στο δέρμα, καθώς επίσης με ποιούς μηχανισμούς προστατεύεται το δέρμα από αυτήν.

Τέλος γίνονται γνωστοί οι τρόποι προστασίας και αντιμετώπισης της αφυδάτωσης του δέρματος.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το δέρμα είναι το μεγαλύτερο σε όγκο και σε βάρος όργανο του σώματος, καλύπτει και περιβάλλει ολόκληρη την επιφάνεια του σώματος σαν μια μεμβράνη. Αποτελείται από τρεις στιβάδες: την επιδερμίδα, το χόριο και το υπόδερμα. Στην επιδερμίδα γίνονται ορατά τα αποτελέσματα της αφυδάτωσης.

Με τον όρο αφυδάτωση εννοούμε την απουσία νερού, από τις διάφορες στιβάδες του δέρματος. Το αφυδατωμένο δέρμα χαρακτηρίζεται από την έλλειψη απαλότητας και λάμψης, έχει όψη ξηρή και παρουσιάζει απολέπιση.

Κατάλληλα καλλυντικά προϊόντα για ένα αφυδατωμένο δέρμα, είναι αυτά που κατά την τοποθέτησή τους στην επιδερμίδα, βοηθούν στην ενίσχυση της φυσικής υγρασίας του δέρματος, αλλά και στην παρεμπόδιση της απώλειάς της από το δέρμα. Τέτοια καλλυντικά ονομάζονται υδατικά και μπορεί να είναι κρέμες, μάσκες, αμπούλες κ.α.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

ΤΟ ΔΕΡΜΑ

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΝΑΤΟΜΙΑΣ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Το δέρμα είναι ένα λειτουργικό όργανο του ανθρώπινου σώματος που επιτελεί πολλαπλές φυσιολογικές λειτουργίες.

Είναι το μεγαλύτερο σε όγκο και σε βάρος όργανο του σώματος, με επιφάνεια που φθάνει τα δύο τετραγωνικά μέτρα περίπου και βάρος που αποτελεί το 15% περίπου, του συνολικού σωματικού βάρους.

Περιβάλλει ολόκληρη την επιφάνεια του σώματος, σαν μεμβράνη. Στα φυσικά στόμια όπως είναι η μύτη, το στόμα, τα μάτια, τα γεννητικά όργανα και ο πρωκτός, μετατρέπεται στους βλεννογόνους των αντίστοιχων κοιλότητων.

Η επιφάνεια του είναι μεγαλύτερη από την επιφάνεια του σώματος, αφού σε μερικές περιοχές αναδιπλώνεται και παρουσιάζεται ανώμαλη καθώς παρατηρούνται σε αυτή:

- οι τρίχες,
- το χνούδι,
- οι πόροι,
- οι δερματικές θήλες,
- οι πτυχές, οι οποίες δίνουν το χαρακτηριστικό διατετραγωνισμό στο δέρμα,
- οι δερματικές ακρολοφίες, οι οποίες σχηματίζονται από τη συνένωση των δερματικών θηλών σε στοίχους στις παλάμες και τα πλέγματα και οι οποίες είναι ξεχωριστές και ιδιαίτερες για το κάθε άτομο τις παλάμες και ιδίως στις άκρες των δακτύλων σχηματίζουν τα γνωστά δακτυλικά αποτυπώματα,
- οι γραμμές του Langer, οι οποίες οφείλονται στη φορά της τάσης του δέρματος που προέρχεται από την ελαστικότητα των ινών. Αυτή είναι διαφορετική σε κάθε μοίρα της επιφάνειας του. Οι γραμμές του Langer έχουν μεγάλη σημασία διότι κατά μήκος αυτών θα πρέπει να γίνει η τομή του δέρματος, αν παραστεί ανάγκη ώστε να ακολουθήσει μια αισθητικά καλή ουλή.

Το πάχος του δέρματος είναι 0,5-5mm και ποικίλει από περιοχή σε περιοχή. Ανάλογα με το πάχος του διακρίνεται το δέρμα σε λεπτό, το

οποίο παρουσιάζει τρίχες και σμηγματογόνους αδένες και σε παχύ, χωρίς τρίχες και σμηγματογόνους αδένες .

Λεπτότερο είναι το δέρμα στα χείλη και στα βλέφαρα ενώ το παχύ δέρμα περιορίζεται στις παλάμες ,τα πέλματα και την εσωτερική επιφάνεια των δακτύλων.

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΙΣΤΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Το δέρμα αποτελείται από τρεις στιβάδες:

- από την επιδερμίδα,
- από το χόριο,
- από το υπόδερμα.

Επιδερμίδα

Η επιδερμίδα είναι ένα πολύπλοκο όργανο που καλύπτεται εξωτερικά από την κερατίνη στιβάδα ,η οποία υφίσταται διαρκή φθορά λόγω απολέπισης.

Η έξω επιφάνεια της επιδερμίδας διελαύνεται από τις δερματικές ακρολοφίες και αύλακες. Η επιφάνειά της προς το χόριο ,είναι ανώμαλη και κυματοειδής και παρουσιάζει κοιλώματα ,τα θηλαία εντώματα, μέσα στα οποία εισέρχονται οι δερματικές θηλές του χορίου.

Η επιδερμίδα αποτελείται από πέντε στιβάδες οι οποίες από το βάθος προς την επιφάνεια είναι:

- η βασική ή βλαστική ή μητρική στιβάδα
- η βλεννώδης ή ακανθωτή στιβάδα
- η κοκκώδης στιβάδα
- η διαυγής στιβάδα
- η κερατίνη στιβάδα

Η βασική στιβάδα

Η βασική στιβάδα είναι η βαθύτερη στιβάδα της επιδερμίδας και μαζί με την ακανθωτή ,αποτελούν τη μαλπιγιανή στιβάδα.

Ρόλος των κυττάρων αυτών είναι η κυτταρική αναγέννηση προκειμένου να αντικατασταθούν τα γηρασμένα κύτταρα που απομακρύνονται με την απολέπιση.

Η ακανθωτή στιβάδα

Στα κύτταρα αυτής της στιβάδας περιέχονται κοκκία μελανίνης στα οποία οφείλεται το χρώμα του δέρματος. Τα κύτταρα της ακανθώδους στιβάδας βρίσκονται στο πρώτο στάδιο της κερατινοποίησης.

Η κοκκώδης στιβάδα

Τα κύτταρα αυτά περιέχουν κοκκία κερατοϋαλίνης, μιας πρωτεΐνης που είναι ο πρόδρομος της κερατίνης και βρίσκονται στο δεύτερο στάδιο της κερατινοποίησης.

Η διαυγής στιβάδα

Η διαυγής στιβάδα υπάρχει μόνο στις παλάμες των χεριών και στα πέλματα. Οι πυρήνες των κυττάρων αυτών ακολουθούν επίσης τη διαδικασία εκφύλισης ενώ στο κυτταρόπλασμα τους περιέχεται μια ουσία γνωστή σαν ελαιοειδίνη ,που θεωρείται πρόδρομος της κερατίνης.

Η κεράτινη στοιβάδα

Η κεράτινη στοιβάδα βρίσκεται ψηλότερα από τις άλλες στιβάδες. Είναι φτωχή σε νερό, εμποτισμένη όμως με λιπίδια, τα οποία της προσφέρουν ευλυγισία και μειώνουν την εξάτμιση της εσωτερικής υγρασίας.

Η επιδερμίδα διελαύνεται από τα εξαρτήματα του δέρματος που είναι οι τρίχες και οι εκφορητικοί πόροι των ιδρωτοποιών αδένων και στερείται αγγείων.

Μεταξύ της επιδερμίδας και του χορίου σχηματίζεται ένας σύνδεσμος ο οποίος καλείται δερματοεπιδερμικός σύνδεσμος και έχει σαν σκοπό:

- τη στερεή σύνδεση μεταξύ επιδερμίδας και δέρματος
- τη θρέψη της επιδερμίδας που επιτυγχάνεται μέσω αυτού

- τη διέλευση ουσιών από την επιδερμίδα προς το χόριο και αντιστρόφως.

Χόριο

Το χόριο βρίσκεται ακριβώς κάτω από την επιδερμίδα. Κυμαίνεται μεταξύ 0,5 και 4,0mm. Αποτελείται από συνδετικό ιστό και θεμέλιο ουσία, η οποία περικλείει το μεγαλύτερο μέρος του περιεχομένου στο δέρμα νερού.

Η θεμέλιος ουσία είναι παχύρρευστο, κολλωειδές υγρό, που γεμίζει τα ενδιάμεσα μεταξύ των κυττάρων και των ινών του δέρματος. Το χόριο είναι ο ιστός που συγκρατεί το δέρμα χάρη στις ίνες κολλαγόνου και ελαστίνης που περικλείει. Ακόμα περιλαμβάνει ινοβλάστες που είναι ο τύπος παραγωγής των πρωτεϊνών και άλλων μακρομορίων , μακροφάγα , νεύρα , αιμοφόρα και λεμφοφόρα αγγεία.

Οι ίνες του κολλαγόνου είναι ινώδεις πρωτεΐνες του χορίου που σχηματίζουν δεσμίδες ινών και αποτελούν το 75% του συνολικού συνδετικού ιστού. Σκοπός τους είναι να εξασφαλίσουν τη μηχανική αντίσταση του δέρματος , την ανθεκτικότητα των ιστών και τη διατήρηση της ακεραιότητας της δομής τους.

Οι ίνες της ελαστίνης που είναι και αυτές ινώδεις πρωτεΐνες του χορίου, χαρακτηρίζονται από μεγάλη φυσική και χημική ανθεκτικότητα και αποτελούν το 4% αυτού. Εξασφαλίζουν την ελαστικότητα και την τονικότητα του δέρματος.

Ακόμα μέσα στο χόριο βρίσκονται οι αδένες του δέρματος, που είναι οι σμηγματογόνοι και οι ιδρωτοποιοί αδένες και οι θύλακες των τριχών με τους ορθωτήρες μύες.

Υπόδερμα

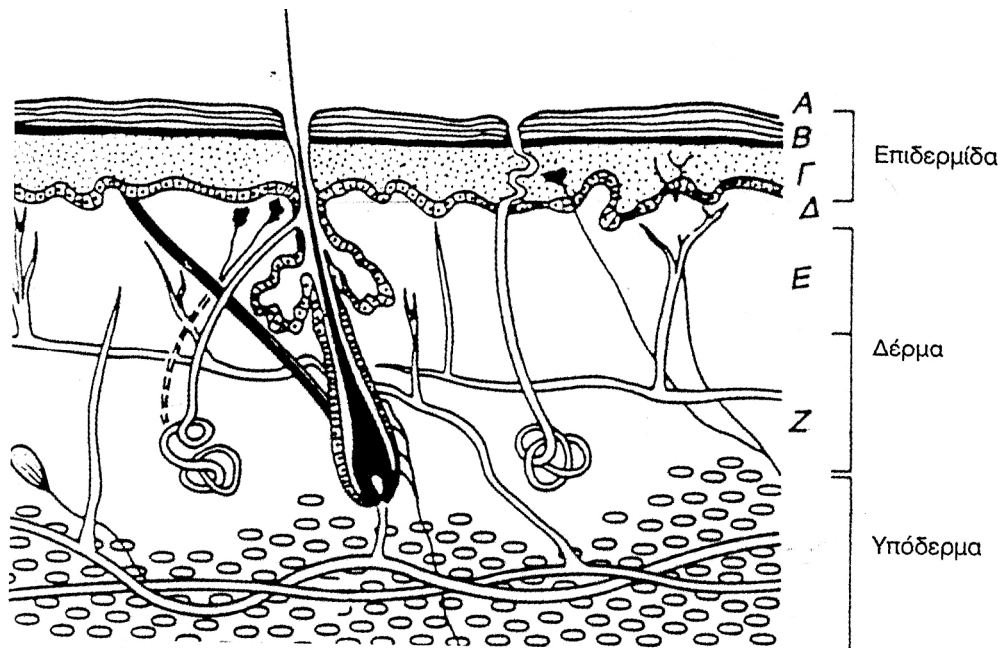
Το υπόδερμα αποτελείται από δίκτυο συνδετικού ιστού μέσα στο οποίο περιέχονται λιπώδη κύτταρα. Τα λιπώδη αυτά κύτταρα γεμίζουν με λίπος , το υποδόριο λίπος και ανάλογα με την διατροφική κατάσταση, έχουν μέση διάμετρο 50-100 μικρά.

Το ποσό του υποδόριου λίπους ποικίλει από άτομο σε άτομο και πάνω στο ίδιο άτομο ανάλογα με την περιοχή. Είναι άφθονο στο δέρμα των μαστών , της κοιλιάς των γλουτών κ.τ.λ. και ελάχιστο ή και καθόλου στα βλέφαρα, τα χείλη, τη μύτη και τα αυτιά.

Ο λιπώδης αυτός ιστός διαμορφώνει τη σιλουέτα και εξαρτάται από την ηλικία και το φύλο. Μπορεί να ποικίλει μεταξύ ισχνών και παχύσαρκων ατόμων από 2-30mm.

Μέσα στο υπόδερμα βρίσκονται αγγεία, νεύρα, νευρικές απολήξεις, ιδρωτοποιοί αδένες και μερικοί τριχοσμηγματικοί θύλακες ενώ μέσω αυτού, συνδέεται το δέρμα με τα υποκείμενα όργανα.

Το υπόδερμα αποτελεί απόθεμα ενέργειας και θρεπτικών ουσιών. Επίσης εξασφαλίζει μηχανική προστασία (από το βιβλίο Αποτρίχωση 1 της Ιωάννας Λεονταρίδου)



(Σχ. 1.1) Το δέρμα (Επιδερμίδα, Δέρμα, Υπόδερμα).

ΑΔΕΝΕΣ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Οι αδένες του δέρματος μαζί με τις τρίχες αποτελούν τα εξαρτήματα του δέρματος και διακρίνονται σε:

- σμηγματογόνους αδένες και
- ιδρωτοποιούς αδένες

Σμηγματογόνοι αδένες

Οι σμηγματογόνοι αδένες βρίσκονται μέσα στο δέρμα, με τους πόρους τους να εκβάλλουν μέσα στον τριχοσμηγματικό θύλακα. Γενικά απουσιάζουν από τις παλάμες των χεριών και τα πέλματα.

Τα κύτταρα των αδένων αυτών μεταβάλλονται ολοκληρωτικά σε έκκριμα που αποβάλλεται και για το λόγο αυτό καλούνται ολοκρινείς αδένες .

Οι σμηγματογόνοι αδένες είναι εξαιρετικά ευαίσθητοι στα ανδρογόνα, τα οποία τους διεγείρουν, προκαλώντας την αύξηση τους και την παραγωγή του σμήγματος.

Το σμήγμα είναι ημίρευστο ,λιπαρό υποκατάστατο που εκκρίνουν οι αδένες αυτοί και υπολογίζεται σε 1-2 gr την ημέρα.

Αποτελείται από λιπίδια, ελεύθερα λιπαρά οξέα, εστέρες, χοληστερόλη, εστέρες κεριού και άλλες ουσίες και εκκρίνεται μέσω του τριχικού θύλακα προς την επιφάνεια του δέρματος. Η παραγωγή του γίνεται στη βασική στιβάδα του αδένου και εξαρτάται από την ηλικία (επιτάχυνση της παραγωγής κατά την ήβη και ελάττωση με το πέρασμα της ηλικίας) και τους ενδοκρινείς αδένες (υπόφυση ,θύμος ,θυρεοειδής και επινεφρίδια). Μεγάλο ρόλο στην αυξημένη έκκριση του σμήγματος παίζουν και τα ανδρογόνα .

Όταν το σμήγμα σκληραίνει οι πόροι κλείνουν κι ένα μαύρο στίγμα σχηματίζεται (φαγέσωρας). Βαθύς καθαρισμός των πόρων είναι πρωταρχικής σημασίας στη διατήρηση του καθαρού, από φαγέσωρες, δέρματος .

Σκοπός του σμήγματος είναι να διατηρήσει εύκαμπτη την τρίχα και να λιπάνει το δέρμα. Ακόμη καθιστά το δέρμα αδιάβροχο ενώ παίζει ένα πολύ σημαντικό ρόλο στη διατήρηση του όξινου μανδύα της επιδερμίδας.

Ιδρωτοποιοί αδένες

Οι ιδρωτοποιοί αδένες βρίσκονται σε όλη την επιφάνεια του σώματος. Χωρίζονται σε εκκρινείς και αποκρινείς.

Οι εκκρινείς αδένες: Απελευθερώνουν το έκκριμά τους απ' ευθείας στην επιφάνεια του δέρματος. Απαντώνται σε ολόκληρο το δέρμα και ιδιαίτερα στα πέλματα των ποδιών ,στις παλάμες και στις μασχάλες , με εξαίρεση τους βλεννογόνους.

Κάτω από την επίδραση φυσικών ερεθισμάτων όπως είναι η μυϊκή προσπάθεια και ψυχικών ερεθισμάτων, όπως συγκίνηση κ.α., ο ρόλος τους είναι θερμορυθμιστικός . Επίσης έχουν αντιβακτηριακή δράση.

Οι αποκρινείς αδένες: Είναι μεγαλύτεροι από τους εκκρινείς και συνήθως προσαρτώνται στην τρίχα. Οι πόροι τους συνήθως βγαίνουν στον τριχικό θύλακα και είναι άθρονοι στην περιοχή των βουβώνων και στις μασχάλες. Η λειτουργία τους βρίσκεται κάτω από τον ορμονικό έλεγχο και δραστηριοποιούνται κατά την ήβη. Διεγείρονται υπό την επίδραση άγχους , φόβου και πόνου.

Κερατινοποίηση

Κερατινοποίηση είναι η διαδικασία κατά την οποία τα κύτταρα που σχηματίζονται στη βασική στιβάδα της επιδερμίδας ,κινούμενα σταδιακά προς την επιφάνεια ,μετατρέπονται σε νεκρά κύτταρα που αποβάλλονται. Μετά την κοκκώδη στιβάδα τα επιδερμικά κύτταρα χάνουν τον πυρήνα και όλα τα κυτταρικά οργανύλλιά τους και καθώς κινούνται προς την επιφάνεια μεταμετατρέπονται σε κερατινοκύτταρα.

Κερατινοποιημένα κύτταρα δεν ανευρίσκονται στο δέρμα παρά μόνο στην επιδερμίδα.

Θεωρείται ότι υπάρχουν δύο είδη κερατίνης, η μαλακή και η σκληρή κερατίνη. Οι τρίχες και τα νύχια ολοκληρώνοντας την όλη διαδικασία, υφίστανται σκληρή κερατινοποίηση ενώ το δέρμα υφίσταται μαλακή κερατινοποίηση.

Ο χρόνος που χρειάζεται ένα κύτταρο της βασικής στιβάδας για να μεταμορφωθεί σε κύτταρο της κερατίνης είναι 29 ημέρες ενώ κατά άλλους 40-50 ημέρες .

ΥΔΡΟΛΙΠΙΔΙΚΗ ΤΑΙΝΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑΣ-ΟΞΙΝΟΣ ΜΑΝΔΥΑΣ

Ο όξινος μανδύας προέρχεται από εκκρίσεις και απολεπίσεις της κεράτινης στιβάδας και περιέχει ποικίλα χημικά προϊόντα .Οι εκκρίσεις σμήγματος και ιδρώτα, σχηματίζουν μια γαλακτώδη ουσία, στην οποία οφείλεται κατά ένα μεγάλο μέρος η προστασία του δέρματος .

Η παρουσία του γαλακτικού οξέος ευθύνεται ,σε μεγάλο βαθμό, για το όξινο pH της υδρολιπιδικής ταινίας της επιφάνειας του δέρματος. Το φυσιολογικό pH του δέρματος κυμαίνεται απο 4,5-6 .

Η σύνθεση της ταινίας αυτής ποικίλει ανάλογα με την ηλικία του ατόμου. Ο αριθμός των σμηγματογόνων αδένων ποικίλει ανάλογα με το σημείο του σώματος . Έτσι η ποσότητα των λιπιδίων στην επιφάνεια του δέρματος ελαττώνεται από το πρόσωπο προς την πλάτη, το στήθος, την κοιλιά και τα άκρα .

Η υδρολιπιδική ταινία είναι υπεύθυνη :

Για την ποιότητα της εξωτερικής όψης του δέρματος και προστατεύει τον οργανισμό από τις επιθέσεις του περιβάλλοντος .

Μαζί με την κεράτινη στοιβάδα:

Εμποδίζουν τη διείσδυση ουσιών στο δέρμα από έξω. Ρυθμίζουν την ενυδάτωση επενεργώντας στο βαθμό εξάτμισης του νερού από την επιφάνεια του δέρματος και βοηθώντας στη διατήρηση των υγροσκοπικών ουσιών στα κερατινοκύτταρα. Κάθε ανωμαλία στην ενυδάτωση της κερατίνης έχει επιπτώσεις στη διαπερατότητα και ελαστικότητα του δέρματος .

Η συχνή χρήση σαπουνιού και άλλων σκληρών απορρυπαντικών συχνά καταστρέφει τον όξινο μανδύα του δέρματος.

ΔΕΡΜΑΤΙΚΗ ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗ

Με τον όρο δερματική απορρόφηση ,εννοούμε το φαινόμενο της διαβάσεως του δέρματος από μια ουσία ,η οποία εφαρμόζεται σ' αυτό τοπικά. Η διάβαση αυτή μπορεί να συντελεστεί ,είτε δια μέσου της κεράτινης στιβάδας της επιδερμίδας (διαδερμική οδός) ,είτε δια μέσου των θυλάκων των τριχών και των ιδρωτοποιών αδένων (διαθυλακική οδός) .

Το φαινόμενο της δερματικής απορρόφησης περιλαμβάνει μια σειρά από ξεχωριστά και διαδοχικά φαινόμενα διαβάσεως. Τα μόρια της καλλυντικής ή φαρμακευτικής ουσίας θα πρέπει να προσληφθούν στην επιφάνεια της κερατίνης στιβάδας , εκ των υστέρων θα πρέπει να διαχυθούν σ' αυτήν ,να διέλθουν δια μέσου του φράγματος κερατίνης- φωσφολιπιδίων της κερατίνης στιβάδας ,να κατανεμηθούν και ακολούθως να διαχυθούν δια μέσου των στιβάδων της ζωντανής επιδερμίδας , στη συνέχεια να διαχυθούν διαμέσω της επιδερμίδας και του θηλώδους χορίου ,μέχρις ότου να φθάσουν στο αγγειακό δίκτυο και να διεισδύσουν στο αίμα .

Στη διαθυλακική οδό τα μόρια της καλλυντικής ή φαρμακευτικής ουσίας θα πρέπει να προσληφθούν στο σμήγμα και στη συνέχεια να γίνει διάχυση της ουσίας δια μέσου των λιπιδίων προς τον σμηγματογόνο πόρο.

Στα επόμενα στάδια η ουσία ακολουθεί πλέον τον ίδιο δρόμο με την δερματική απορρόφηση .

Ένας από τους πρώτους παράγοντες που πρέπει να ξεπεράσει η ουσία είναι η κερατίνη στιβάδα η οποία αποτελεί το μεγαλύτερο φράγμα του δέρματος. Είναι η στιβάδα που συνήθως ρυθμίζει το φαινόμενο της δερματικής απορρόφησης. Αν για κάποιο λόγο η κερατίνη στιβάδα καταστραφεί (απολέπιση), τότε αυξάνεται η διαπερατότητά της σε διάφορες ουσίες .Η κερατίνη δεν είναι αδρανές υλικό ,μπορεί να μαλακώσει, να διαλύεται, να αφυδατώνεται και γενικότερα να μεταβάλλεται με διάφορους τρόπους οπότε τροποποιείται και η λειτουργία του φραγμού .

Από τις υπόλοιπες στιβάδες η απορρόφηση εκ των υστέρων γίνεται ευκολότερα .Εάν για κάποιο λόγο η ταχύτητα διάχυσης στις υπόλοιπες στιβάδες ελαττωθεί σημαντικά λόγω μειωμένης αιμάτωσης της περιοχής (όπως σε περιπτώσεις ψύξης, στρες κ.α.), τότε και η διάχυση της κερατίνης επηρεάζεται .

Αυτό είναι πολύ σημαντικό για την αποτελεσματικότητα ορισμένων καλλυντικών που χορηγούνται το χειμώνα ή τη διαφορά αποτελεσματικότητας των καλλυντικών όταν χορηγούνται σε διαφορετικά κλίματα .

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΤΥΠΟΙ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Βασικά υπάρχουν τρεις κατηγορίες δερμάτων :

- τα κανονικά δέρματα ,
- τα ξηρά και τα
- λιπαρά δέρματα .

Κανονικό δέρμα: Με τον όρο φυσιολογικό ή κανονικό δέρμα (normal skin) εννοούμε το υγιές δέρμα ,που χαρακτηρίζεται από την έλλειψη ξηρότητας ή λιπαρότητας ,τη σωστή δομή των αγγείων στο κυρίως δέρμα, το ικανοποιητικό πάχος, τη σωστή περιεκτικότητα σε νερό και το φυσιολογικό pH.

Προκύπτει από μια ισορροπία διαφόρων συνεχών βιολογικών διαδικασιών, οι οποίες δημιουργούν μια αρμονική κατάσταση. Συνεπώς τα κριτήρια για να χαρακτηριστεί ένα δέρμα "κανονικό" είναι λειτουργικά .

Η φυσιολογία και η δομή του δέρματος που χαρακτηρίζεται κανονικό ,είναι διαφορετική ,ανάλογα με το σημείο του σώματος και την ηλικία .

Ξηρό δέρμα: Με τον όρο ξηρό δέρμα (dry skin) εννοούμε το δέρμα που από την κατασκευή του είναι λεπτό ,δεν παράγει λιπαρές προστατευτικές ουσίες ,κάτι που οφείλεται στην έλλειψη ικανοποιητικού αριθμού σμηγματογόνων αδένων.

Πρόσθετοι περιβαλλοντικοί παράγοντες ξηρότητας της επιδερμίδας είναι ο τρόπος ζωής του ατόμου ,ο αέρας ,ο ήλιος ,ο καπνός, ο τεχνητός κλιματισμός (θερμός και ψυχρός) και τέλος η γήρανση του δέρματος.

Το ξηρό δέρμα χαρακτηρίζεται από την τραχύτητα της επιδερμίδας, υπερκεράτωση, απώλεια της ελαστικότητας, ελαττωμένη ταχύτητα αναπαραγωγής των κερατινοκυττάρων και μείωση της λειτουργίας του φραγμού της κερατίνης στιβάδας. Είναι ιδιαίτερα ευαίσθητο, χαρακτηρίζεται από έλλειψη απαλότητας, θαμπή όψη, αίσθηση «τραβήγματος» από τον κνησμό. Τα δέρματα αυτά ,εμφανίζουν ευρυαγγείες και ρυτίδες πολλές και επιφανειακές (από το βασικό βιβλίο του επαγγελματία αισθητικού, του Joel Gerson).

Λιπαρό δέρμα: Με τον όρο λιπαρό δέρμα (oily skin) εννοούμε το δέρμα που χαρακτηρίζεται από ευρείες εκβολές τριχικών θυλάκων (πόροι ανοιχτοί) και αύξηση του πάχους του δέρματος και της έκκρισης σμήγματος, γεγονός που δίνει στο πρόσωπο μια γυαλιστερή όψη ιδιαίτερα στη μύτη και το μέτωπο. Το λιπαρό δέρμα δίνει συνεχώς την αίσθηση του ακάθαρτου δέρματος και έχει ανάγκη συστηματικής και συχνής απορρύπανσης, καθώς η σκόνη, η αιθαλομίχλη και άλλα, επικάθονται εύκολα σε αυτό. Τα λιπαρά δέρματα συχνά εμφανίζουν ακμή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Με τον όρο αφυδάτωση του δέρματος εννοούμε την απουσία νερού από τις διάφορες στιβάδες του σε μη παθολογικές καταστάσεις.

Ο όρος αφυδάτωση χρησιμοποιείται και στην ιατρική για χαρακτηρισμό σοβαρών παθολογικών καταστάσεων των ζωντανών οργανισμών, που οφείλονται σε ελάττωση του νερού των βιολογικών υγρών σαν αποτέλεσμα διαφόρων ασθενειών.

Το αφυδατωμένο δέρμα έχει όψη ξηρή, τραχιά υφή και παρουσιάζει μικρά σπασίματα και απολέπιση. Το pH της επιδερμίδας είναι αλκαλικότερο από το φυσικό.

Περίπου το 70% του βάρους ενός ατόμου αποτελείται από νερό. Η μεγαλύτερη ποσότητα νερού βρίσκεται στο κυρίως δέρμα. Μέσα σε μια ζελατινώδη ουσία πλούσια σε νερό είναι κλεισμένο ίνες κολλαγόνου και ελαστίνης, οι ιδρωτοποιοί αδένες και οι σμηγματογόνοι αδένες, τα αιμοφόρα λεμφοφόρα αγγεία και τα νεύρα. Περίπου το 10% του νερού τροφοδοτείται μέσω των αγγείων στην επιδερμίδα.

Το ποσοστό του 70% του νερού υφίσταται πολλές μεταβολές από άτομο σε άτομο οι οποίες είναι φυσιολογικές ή παθολογικές. Η αφυδάτωση, έχει σαν συνέπεια να διαταράσσεται η χημική σύσταση, η ομοιοσυστασία όπως λέγεται του δερματικού ιστού και να μην επιτελούνται οι φυσιολογικές λειτουργίες του, γεγονός που μακροχρόνια οδηγεί σε χαρακτηριστικές αλλαγές στις δομές και την εμφάνιση του. Η αφυδάτωση είναι η πιο συχνή ανωμαλία του ανθρώπινου δέρματος. Ωστόσο προσβάλλει συχνότερα και νωρίτερα τις γυναίκες από ότι τους άνδρες.

Η επιδερμίδα σε προχωρημένα στάδια σκάζει, απολεπίζεται και εμφανίζονται οι χαρακτηριστικές λεπτές ρυτίδες της επιδερμικής αφυδάτωσης.

Η αφυδάτωση ωστόσο δεν σταματά στο στάδιο αυτό. Από τη μέση ηλικία και έπειτα και πολλές φορές νωρίτερα, η επιδερμική αφυδάτωση συνοδεύεται με αφυδάτωση όλου του δέρματος. Είναι η αφυδάτωση που συνοδεύει το βιολογικό γήρας του δέρματος. Το πρόβλημα αρχίζει από την ώρα που διαταράσσεται η ισορροπία μεταξύ πρόσληψης και αποβολής νερού από το δερματικό ιστό. Και αυτό γίνεται είτε γιατί το δέρμα δεν αρδεύεται ικανοποιητικά (κακή αιμάτωση), είτε γιατί χάνει εύκολα το νερό του προς το εξωτερικό περιβάλλον, επειδή

δεν είναι σε θέση να το συγκρατήσει (λέπτυνση της επιδερμίδας, αλλοιώσεις συνδετικού ιστού, μείωση των αλάτων κ.τ.λ.).

Το κυρίως δέρμα είναι πλούσιο σε νερό και η υδατική του συγκέντρωση εκτός από παθολογικά αίτια ,δεν μεταβάλλεται πολύ. Όμως μια ελάττωση ,έστω και ελάχιστη, στην αποθήκευση του νερού του δέρματος, θα μπορούσε να έχει δυσάρεστες συνέπειες στην επιδερμίδα.

Αυτές οι διαφορές της υδατώσεως μπορούν να προέρχονται από:

Ανεπάρκεια της αγγειακής συμβολής

Εάν η αγγείωση έχει ελαττωθεί σε όγκο και σε διάμετρο των αγγείων, όπως πάντα συμβαίνει στην περίπτωση του γήρατος ,η συμβολή του νερού που προέρχεται από το πλάσμα θα είναι μειωμένη.

Ανεπάρκεια ιόντων

Η πτώχευση σε ιόντα και εξελικτικά μόρια του δέρματος κατά τη διάρκεια της ζωής ,οδηγεί σε μια αύξηση της συγκεντρώσεως μερικών καταλοίπων ,τοξικών και προϊόντων του κυτταρικού μεταβολισμού λόγω ανεπάρκειας της φλεβικής και λεμφικής λειτουργίας ,μπορεί να οδηγήσει σε κατακράτηση του νερού του δέρματος, η οποία του προσδίδει μια όψη οιδηματώδη.

Αποβολή νερού μέσω της εκκρίσεως των ιδρωτοποιών αδένων

Το δέκατο του νερού που χάνεται από τον οργανισμό παίρνει τον δρόμο του δέρματος .Δύο διαφορετικές διαδικασίες ευθύνονται για την απομάκρυνση του νερού του δέρματος .Η πρώτη είναι παθητική και περιορισμένη ,είναι η διαφυγή διαμέσου της επιδερμίδας και η άλλη ενεργητική, ικανή να εξασφαλίσει μια σημαντική έκκριση νερού και αυτή είναι η έκκριση του ιδρώτα. Οι εκκρινείς ιδρωτοποιοί αδένες είναι απλοί σωληνοειδείς αδένες σε μορφή σπειράματος κατά το ήμισυ και βρίσκονται στο κατώτερο στρώμα του κυρίως δέρματος .Υπολογίζονται σε 2-5 εκατομμύρια στο δέρμα του ενήλικου.

ΕΝΔΟΓΕΝΕΙΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΥΘΥΝΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Η Κληρονομική προδιάθεση

Τα γονίδια είναι αυτά που καθορίζουν, μαζί με τα άλλα χαρακτηριστικά του ατόμου (ύψος κ.α) και τον τύπο της επιδερμίδας.

Κληρονομικές ή επίκτητες δερματοπάθειες (π.χ. ψωριάσεις, εκζέματα) προκαλούν μια αλλοίωση της κερατίνης στιβάδας η οποία με τη σειρά της γίνεται ανίκανη να σταθεροποιήσει και να κατακρατήσει το νερό .

Αξιοσημείωτο είναι ότι κληρονομούνται ακόμα και τα σημεία του δέρματος που εντοπίζονται τα «σπασίματα» της αφυδάτωσης και της φθοράς ,καθώς και η μορφή τους .

Η ηλικία

Η αφυδάτωση και κυρίως η γενική αφυδάτωση του δέρματος (επιδερμίδας και κυρίως δέρματος) είναι χαρακτηριστική ανωμαλία της προχωρημένης ηλικίας. Όσο περνούν τα χρόνια το δέρμα λόγω εκφύλισης των αγγείων αρδεύεται πλημμελώς ενώ ταυτόχρονα συγκρατεί λιγότερο νερό λόγω εκφύλισης του συνδετικού ιστού. Έτσι συχνά παρατηρούμε σε παιδιά και ιδίως σε βρέφη υπερυδατωμένα έως οιδηματώδη χαρακτηριστικά ,ενώ μετά την ηλικία των 20 χρόνων, παρατηρούμε μια προοδευτική αφυδάτωση του δέρματος μειώνοντας έτσι το ποσοστό του νερού από 70 % στα 30 του χρόνια , σε 60 % και ακόμη πιο κάτω στην ηλικία των 60 χρόνων .

Το Φύλλο

Οι άνδρες επειδή έχουν παχύτερη επιδερμίδα και πιο δραστήριους σμηματογόνους αδένες (λόγω των ανδρογόνων ορμονών) προσβάλλονται λιγότερο από ότι οι γυναίκες .

Οι Αρρώστιες

Ορισμένες παθολογικές καταστάσεις ,όπως η αρτηριοσκλήρωση, ο σακχαρώδης διαβήτης (λόγω συχνουρίας και της μεγάλης απώλειας νερού, παθήσεις του θυρεοειδούς (σε υπερλειτουργία ή υπολειτουργία), δερματικές λοιμώξεις, νεφρική ανεπάρκεια, παθήσεις του παχέος εντέρου, αποτελούν αιτία της αφυδατώσεως ή επιταχύνουν τις διαδικασίες της .

Τα Φάρμακα

Ορισμένα φάρμακα όπως λόγω χάρη τα διουρητικά αποτελούν αιτία της αφυδάτωσης και του δέρματος λόγω της μεγάλης αποβολής του νερού και των αλάτων με τα ούρα.

Το στρες

Το έντονο και συνεχές στρες αποτελούν βασική αιτία της αφυδάτωσης γιατί οι ορμόνες που εκκρίνονται από τα επινεφρίδια κατά τη διάρκεια του (αδρεναλίνη και κορτιζόνη) αφενός προκαλούν ισχαιμία του δέρματος αφετέρου μειώνουν την αναγεννητική και παραγωγική δραστηριότητα των κυττάρων του συνδετικού ιστού .

Η Διατροφή

Ελλιπής και μη ισορροπημένη διατροφή κυρίως έλλειψη πρωτεϊνών, βιταμινών και αλάτων ,η κατάχρηση οινοπνεύματος και η ανεπαρκής πρόσληψη νερού αποτελούν σοβαρή αιτία της αφυδάτωσης του δέρματος .

ΕΞΩΓΕΝΕΙΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΟΥΝ ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ

Η υπερβολική εξωτερική χρήση νερού.

Το επιθήλιο της κερατίνης, απορροφά εύκολα νερό, όταν το δέρμα εμβαπτίζεται μέσα σε αυτό, με αποτέλεσμα να ενυδατώνεται και να διογκώνεται. Οι ασκούμενες πιέσεις κατά τη διάρκεια της διόγκωσης πιθανόν να σπάσουν την κερατίνη στοιβάδα.

Με την απομάκρυνση του δέρματος από το νερό, το επιθήλιο της κερατίνης, αρχίζει να σκληραίνει και προσπαθεί να ξαναβρεί το αρχικό του σχήμα και μέγεθος .

Εξαιτίας όμως των ρηγμάτων που συνέβησαν στην κερατίνη στιβάδα μερικά κύτταρα δεν ξαναγυρίζουν στην αρχική τους θέση αλλά προεξέχουν πάνω από την επιφάνεια δίνοντας έτσι την αίσθηση της τραχειάς υφής .

Η Χρήση σαπουνιών

Τα σαπουνία λόγω των αλκαλίων που περιέχουν με τη συνεχή χρήση μεταβάλλουν το pH του δέρματος σε αλκαλικότερο με

αποτέλεσμα να ξηραίνουν το δέρμα και από αυτήν τη μεταβολή προκαλείται η αφυδάτωση του δέρματος .

Το δέρμα έχει την ικανότητα να επαναφέρει το pH σε όξινο. Όμως η συνεχής χρήση σαπουνιών μειώνει αυτήν την ικανότητα. Έτσι η κερατίνη στιβάδα γίνεται εύκολα διαπερατή από τα βακτηρίδια .

Επίσης θα πρέπει να αποφεύγεται η χρήση ακατάλληλων κοσμητικών προϊόντων όπως οι αλκοολούχες λοσιόν που ελαττώνουν συνεχώς το N.M.F. (Natural Moistureizing Factor) και αποξηραίνουν την κερατίνη στιβάδα.

Οι Κλιματολογικές συνθήκες

Το χειμώνα έχουμε επιβράδυνση της έκκρισης σμήγματος και έτσι μικρότερη προστασία του δέρματος με τη φυσική του ενυδάτωση .Όταν το δέρμα είναι συνεχώς εκτεθειμένο στο κρύο και στο στεγνό αέρα η λιπαντική βάση χάνεται και το δέρμα δεν μπορεί να προλάβει τα κύτταρα από το να γίνουν στεγνά και σκληρά .Με περισσότερη έκθεση στο στεγνό αέρα, παρουσιάζονται ρωγμές και αιμορραγίες.

Είναι πιά συχνά παρατηρημένο το χειμώνα απ' ότι το καλοκαίρι γιατί το κρύο συνήθως σταματά τη ροή του αίματος στο χόριο και η ανάκτηση της υγρασίας του δέρματος δεν μπορεί να ισορροπηθεί από μια μεγαλύτερη ροή αίματος και λέμφου .

Το καλοκαίρι η υπερβολική έκθεση στον ήλιο αποτελεί σοβαρό πρόβλημα πρόωρης αφυδάτωσης και γηρασμού του δέρματος γιατί η υγρασία της κερατίνης μειώνεται .Παράδειγμα το κυριολεκτικά σκασμένο δέρμα των ανθρώπων που ζουν και εργάζονται στην ύπαιθρο.

Η ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ ΜΙΑ ΠΑΡΟΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Το ποσοστό νερού των επιφανειακών στιβάδων του δέρματος ελέγχεται ελάχιστα από :

- την ταχύτητα με την οποία το νερό, που παρέχεται από τις βαθιές στιβάδες του δέρματος , προσβάλλει την κερατίνη στιβάδα,
- τη δύναμη κατακράτησης νερού από τις επιφανειακές στιβάδες της επιδερμίδας ,
- την ταχύτητα με την οποία αυτό το νερό εξατμίζεται προς τον περιβάλλοντα χώρο.

Έτσι, ο βαθμός ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας προκύπτει από μια ισορροπία ανάμεσα στην εισφορά νερού και την απώλεια νερού μέσω

της εξάτμισης στην ατμόσφαιρα. Εάν υπάρχει ανισορροπία ανάμεσα στην εξάτμιση και τη ροή, το δέρμα γίνεται ευάλωτο με αποτέλεσμα η ωρίμανση και η διαφοροποίηση των κυττάρων γίνονται με λιγότερο καλό τρόπο και η λειτουργία των ενζυματικών συστημάτων διαταράσσεται (από το περιοδικό αισθητικής Les nouvelles esthétiques).

Το ενυδατωμένο δέρμα

Η κατάσταση της ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας διαμορφώνει την ποιότητα και την γενικότερη κατάσταση του δέρματος. Το ενυδατωμένο δέρμα παρουσιάζει μια σταθερή υδρική περιεκτικότητα στην κερατίνη στιβάδα (13%) και στο χόριο (70%), χάρη στην ισορροπία ανάμεσα στην εξάτμιση και στη συγκράτηση του νερού στο δέρμα. Το όμορφο και ισορροπημένο δέρμα είναι καλά ενυδατωμένο. Χαρακτηρίζεται από την απαλότητα, τη λάμψη και τη λεία όψη του.

Από τι εξαρτάται η φυσιολογική ενυδάτωση του δέρματος .

Η φυσιολογική ενυδάτωση του δέρματος εξαρτάται από τη σύνθεσή του σε λίπη που ενεργούν σαν αδιάβροχο φράγμα και από την περιεκτικότητά του σε νερό τουλάχιστον σε ποσοστό 10 % . Η δερματική ενυδάτωση είναι συνισταμένη πολλών παραγόντων. Με την ταχύτητα με την οποία πλησιάζουν την κερατίνη στιβάδα τα νερά που περιέχονται από τους εξωγενείς αδένες μετά την ενδοεπιδερμική μεταφορά του από τις βαθύτερες στις επιφανειακές στιβάδες, της ταχύτητας με την οποία το νερό μεταβιβάζεται στην ατμόσφαιρα, της δυνατότητας που έχει η κερατίνη στιβάδα να συγκρατεί νερό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΓΗΡΑΝΣΗΣ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ

Όλα τα συστατικά του δέρματος υποβάλλονται σε μορφολογικές και λειτουργικές αλλαγές κατά τη διαδικασία της γήρανσης. Η επιδερμίδα γίνεται λεπτή δηλαδή αποτελείται από λιγότερα δερματικά στρώματα .

Ιδιαίτερα φανερή είναι η επιπεδοποίηση του άλλοτε κυματιστού βασικού στρώματος. Με την επιπεδοποίηση οι θηλές ενώνουν το βασικό στρώμα με το χόριο, το δέρμα γίνεται ευαίσθητο. Η επιδερμίδα έχει την τάση να λεπταίνει κατά 6% ανά δεκαετία , να χάνει την ελαστικότητά της και την ικανότητα αντίστασης κατά της πίεσης .

Παρατηρείται μειωμένη δραστηριότητα των κυττάρων της βασικής στιβάδας που οδηγεί στο να καθυστερεί η αναγέννηση της επιδερμίδας. Λόγω της μειωμένης δραστηριότητας διαχωρισμού των κυττάρων στη βασική στιβάδα ,τα νεκρά κύτταρα παραμένουν το διπλάσιο χρόνο στο κεράτινο στρώμα. Έτσι υποβάλλονται για περισσότερο χρόνο στις βλαπτικές επιδράσεις του περιβάλλοντος .

Η κυριότερη συνέπεια είναι η μειωμένη δέσμευση υγρασίας στην κεράτινη στιβάδα. Εδώ διαπιστώνεται και η γνωστή ξηρότητα του γερασμένου δέρματος που γίνεται φανερή από την αφή που είναι τραχιά με όψη θαμπή. Το δέρμα απολεπίζεται ,παρουσιάζει μείωση της ελαστικότητάς του καθώς τα νεκρά κύτταρα της κερατίνης στιβάδας δεν βρίσκονται πια τόσο πυκνά το ένα στο άλλο δημιουργούνται δίοδοι .

Στις περισσότερες περιπτώσεις το δέρμα γίνεται πίο λεπτό και πίο στεγνό ,δείχνοντας πίο βαθιές γραμμές και ρυτίδες. Η απώλεια της ελαστικότητας του δέρματος και η απώλεια της σταθερότητας των βαθύτερων προσωπικών μυών συμβάλλουν στις βαθιές ρυτίδες του δέρματος. Όγκοι είναι πιθανό να εμφανιστούν στο γηρασμένο δέρμα και λεπτές γραμμές γύρω από τα μάτια ,κοινώς γνωστές ως το πόδι της χήνας. Οι γραμμές επίσης συνοδεύονται με πρησμένους, φουσκωμένους ιστούς γύρω και κάτω από τα μάτια .Ορμονικές αλλαγές στο σώμα (κυρίως η εμμηνόπαυση της γυναίκας) μπορεί να συμβάλλουν στην απώλεια τροφодότησης με φυσικά έλαια και υδατικά που χρειάζεται το δέρμα για να δείχνει νεότερο .

Για την αντιμετώπιση της γήρανσης χρησιμοποιούνται προϊόντα που μας παρέχουν τη δυνατότητα να αντιστρέψουμε τη διαδικασία της

φθοράς του δέρματος ,ενεργοποιώντας τη σύνθεση των θεμελιωδών στοιχείων .

Μερικά από αυτά τα ενεργά στοιχεία σε καλλυντικά προϊόντα είναι:

Τα βιολογικά εκχυλίσματα εμβρύων όπως ο πλήρης μυελός, ο θύμος αδένας και ο πλακούντας.

Ο πλήρης μυελός αντιπροσωπεύει το συνολικό ιστό του εγκεφάλου του εμβρύου. Είναι το κεντρικό όργανο λειτουργίας που ελέγχει τόσο τη νευρομυϊκή δραστηριότητα όσο και το πνευματικό και αισθητήριο μέρος της ζωής.

Ο θύμος αδένας έχει θεμελιακό ρόλο στην κατεργασία της ανοσοποιητικής άμυνας ασκώντας παράλληλα καθοριστική επίδραση στην ανάπτυξη των νέων οργανισμών. Άρα ο θύμος αδένας είναι κατ'εξοχήν όργανο νεότητας και χρησιμοποιείται ευρύτατα για την αναζωογόνηση.

Ο πλακούντας είναι σπουδαίο όργανο στην καταπολέμηση των γηρατειών. Ασκει ισχυρή ρυθμιστική και αναγεννητική ενέργεια στη ζωή των κυττάρων αλλά και του δέρματος.

Οι τουμπουλίνες οι οποίες είναι πρωτεΐνες που έχουν την ιδιότητα να δομούνται σε δέσμες ινών και ινιδίων. Έχει αποδειχθεί ότι η συνεχής θεραπεία με την εισχώρηση τουμπουλινών επιτρέπει στον ιστό να αποκτήσει μεγαλύτερη ελαστικότητα και σφριγηλότητα. Επιπλέον διεγείρεται η κυτταρική ανανέωση και ενυδατώνονται οι ιστοί.

Η φιβρονεκτίνη η οποία είναι μια γλυκοπρωτεΐνη μπορεί να αποκτήσει πολυάριθμες χωροθεσίες προσκόλλησης με τα διαφορετικά συστατικά του αίματος και τα στοιχεία του συνδετικού πλέγματος. Θεωρείται από τα πλέον σημαντικά στοιχεία του οργανισμού, καθώς και ένας από τους σημαντικότερους παράγοντες ρύθμισης της συνοχής του συνδετικού πλέγματος και του δέρματος , συμβάλλοντας στη διατήρηση της σύσφιξης και αντίστασης της επιδερμίδας. Επομένως η παρουσία φιβρονεκτίνης σ' ένα καλλυντικό προϊόν, ενδιαφέρει επειδή αυξάνει τη συνοχή του συνδετικού ιστού με αποτέλεσμα τη σύσφιξη.

Τα βιομόρια είναι πεπτίδια οργανικής προέλευσης. Δεν ενεργούν τοξικά αλλά δρουν απολύτως θετικά για συγκεκριμένη ενδυνάμωση του οργανισμού. Βρίσκονται στο πρωτόπλασμα και σ' αυτό οφείλονται οι αναγεννητικές τάσεις των κυττάρων.

Έτσι με τη χρήση προϊόντων που περιέχουν βιομόρια, η ελαστίνη και το κολλαγόνο παράγονται σε μεγαλύτερες ποσότητες από τα ίδια τα

κύτταρα του δέρματος και τα αποτελέσματά τους είναι ένα δέρμα νεανικό.

Τα λιποσώματα - νιοσώματα είναι σφαιρικά σωματίδια που σχηματίζονται αυτόματα από μείξη φωσφολιπιδίων με υδατικά διαλύματα (π.χ. λεκιθίνη). Περιέχουν έγκλειστη μια φάση υδατική. Αντικατάσταση της λεκιθίνης από συνθετικά λιπίδια σχηματίζει λιποσώματα που είναι σταθερά και καλούνται νιοσώματα. Υπάρχει δυνατότητα να μεταφερθούν μέσα στα λιποσώματα διάφορες δραστικές υδρόφιλες ουσίες, μέσω των λιπόφιλων ζωνών του δέρματος.

Τα λιποσώματα επιδρούν θετικά στη σκλήρυνση των κυτταρικών μεμβρανών που συνοδεύουν τη γήρανση του δέρματος.

Τα ενεργά στοιχεία που μεταφέρονται από τα λιποσώματα στο εσωτερικό των κυττάρων, μπορεί να είναι υγροσκοπικοί παράγοντες, υαλουρονικό οξύ, εκχυλίσματα πλακούντα και θύμου αδένου.(από το βιβλίο Αισθητική Προσώπου 3, της Δερβίσογλου Κυριακής).

Τα φύκια επίσης είναι πολύτιμα στοιχεία που χρησιμοποιούνται για το πλήθος των συστατικών τους. Περιέχουν βιταμίνες, ολιγοστοιχεία, πρωτεΐνες, μεταλλικά άλατα. Επίσης στα φύκια υπάρχουν συστατικά που είναι ικανά να αντισταθούν στα νοσηρά φαινόμενα που δημιουργούνται από τις ελεύθερες ρίζες, που είναι σημαντικοί παράγοντες γήρανσης. Τα συστατικά αυτά είναι οι βιταμίνες C και E η οποία ανήκει στις τοκοφερόλες και είναι το σπουδαιότερο αντιοξειδοτικό , η β καροτίνη και τα ένζυμα.

Τα φύκια είναι ιδανικά για τη φυσιολογική θρέψη των κυττάρων, διεγείρουν την κυκλοφορία του αίματος, αντιστέκονται στην απώλεια της ελαστικότητας του συνδετικού ιστού,ενυδατώνουν την επιδερμίδα και την προστατεύουν από την αφυδάτωση παρέχοντάς της φυσιολογική υγρασία. Ο ρόλος των φυκιών είναι σημαντικός στην αντιγήρανση του δέρματος.

Μεταξύ των ειδικών ενεργών στοιχείων για ενυδάτωση είναι και το DNA, το οποίο είναι σημαντικό γιατί περιέχει τη γενετική κληρονομιά του καθενός. Το DNA παρουσιάζει χημικές λειτουργίες υδρόφιλου χαρακτήρα, πράγμα που το κάνει να ζητάει πολύ νερό. Συγκεντρώνει όγκο υδατοειδούς διαλύματος 10.000 φορές μεγαλύτερο από τον δικό του όγκο. Το DNA σε συνδυασμό με τη βιταμίνη E, έχει αντιοξειδωτικές ιδιότητες στα κορεσμένα λιπαρά οξέα. Πιθανολογείται ακόμη ότι συμμετέχει και στην κυτταρική ανάπλαση και επούλωση.

Μια μέθοδος που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην αισθητική για την καταπολέμηση της γήρανσης είναι η αρωματοθεραπεία η οποία βασίζεται στη χρήση αιθέριων ελαίων.

Η εφαρμογή των αιθέριων ελαίων γίνεται: είτε με τη μέθοδο της ιοντοφόρησης όπου το αιθέριο έλαιο, για να μη δημιουργήσει ερεθισμό στο δέρμα, πρέπει να διαλυθεί σε ένα ή δύο μέρη χλιαρό νερό, είτε με τη μάλαξη όπου τα αιθέρια έλαια διαλύονται σε πολύτιμα φυσικά λάδια όπως το σιτέλαιο, το χοχόμπα κ.α.

Μερικά αιθέρια έλαια που έχουν αντιρυτιδικές ιδιότητες είναι, το γεράνι, ο βασιλικός, το κυπαρίσσι, η φράουλα κ.α.

Φωτογήρανση ή πρόωρη γήρανση του δέρματος

Ο ήλιος επιταχύνει τη φυσική εξέλιξη της γήρανσης σε ένα ή περισσότερα συστήματα οργάνων, μεταξύ των οποίων και το δέρμα .

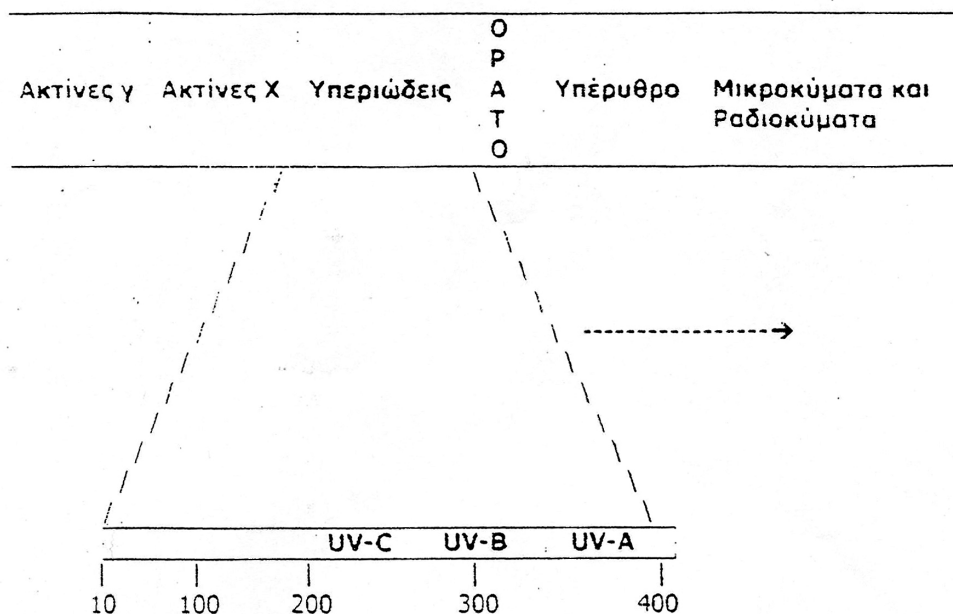
Με τον όρο "φωτογήρανση ή πρόωρη γήρανση" υποδηλώνεται η κλινική και ιστολογική εμφάνισή του ,επί πολλά χρόνια, εκτεθειμένου στον ήλιο δέρματος του υπερήλικα αλλά και του μεσήλικα .

Η εικόνα του φωτογηρασμένου δέρματος είναι χαρακτηριστική και διαφέρει εκείνης της φυσιολογικής γήρανσης .Έτσι παρατηρούνται τραχύτητα ,χλωμό δέρμα με ακανόνιστο χρώμα, εναλλαγή ατροφικών και υπερτροφικών περιοχών, ευρυαγγείες, βαθιές ρυτίδες και ανάπτυξη όγκων καλοήθων ή προκακοήθων ή κακοήθων .

Το πιο σημαντικό χαρακτηριστικό του φωτογηρασμένου δέρματος είναι η ελάστωση του χορίου, η οποία χαρακτηρίζεται από μη φυσιολογικές, πεπαχυσμένες, πλεγμένες και τελικά κοκκιώδεις άμορφες ελαστικές ίνες και από αλλαγή χρώσης της εξωκυττάριας ουσίας του χορίου ,που γίνεται εύκολα ορατή με χρώση αιματοξυλίνης-εωσίνης .Οι αλλοιώσεις αυτές είναι το άμεσο αποτέλεσμα της βλαπτικής επίδρασης των υπεριωδών ακτίνων επί της εξωκυττάριας ουσίας του χορίου, καθώς και επί των ινοβλαστώ, οι οποίοι παράγουν πλέον, παθολογική ελαστίνη.

Παράλληλα, εξελίσσεται και μια αργή αποσύνθεση της εξωκυττάριας ουσίας από φλεγμονώδεις παράγοντες, οι οποίοι απελευθερώνονται από τα μαστοκύτταρα και ουδετερόφιλα που υπάρχουν κατά εστίες στο εκτεθειμένο στον ήλιο δέρμα. Τα αιμοφόρα αγγεία εμφανίζονται συχνά διεσταλμένα και ελικοειδή.

Πίνακας 1. Σχηματική παράσταση του φάσματος της ηλιακής ακτινοβολίας



Κλινικές διαφορές χρονογήρανσης - φωτογήρανσης

Το δέρμα μας, όπως και οι άλλοι ιστοί του σώματός μας, υφίστανται με την πάροδο του χρόνου τις επιδράσεις της ονομαζόμενης «φυσικής» ή «εσωτερικής» γήρανσης ή «χρονογήρανσης». Έτσι το δέρμα σιγά σιγά χαλαρώνει και εμφανίζονται στην επιφάνειά του λεπτές και αβαθείς κατά το πλείστον ρυτίδες. Συγχρόνως δημιουργούνται διάφοροι όγκοι συνήθως καλοήθεις (θηλώματα, λιπώματα κ.α.). Η χρονογήρανση παρατηρείται αποκλειστικά στους υπερήλικες ή και σε νεότερα άτομα που εμφανίζουν σοβαρές παθολογικές καταστάσεις.

Η γήρανση αυτή όμως, δεν πρέπει να συγχέεται με την «πρόωρη γήρανση» ή «φωτογήρανση», η οποία παρατηρείται, εκτός από τους υπερήλικες και σε νεότερα άτομα, από την ηλικία 30-35 ετών. Η φωτογήρανση αποδίδεται στην μακροχρόνια και παρατεταμένη έκθεση του δέρματος στον ήλιο, κατά τη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου.

Βλαπτικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας στον ανθρώπινο οργανισμό

Για να έχει βιολογική δράση η ηλιακή ακτινοβολία ,πρέπει να διεισδύσει στο δέρμα και να απορροφηθεί. Όσο μικραίνει το μήκος κύματος της ακτινοβολίας, τόσο αυξάνεται η ενέργειά της ,η ικανότητά της να διεισδύει στο δέρμα καθώς και η βλαπτική της ικανότητα ,διότι από τη διεισδυτικότητα της ακτινοβολίας στο δέρμα εξαρτάται και η ζημιά που μπορεί να προκαλέσει .Θα περίμενε, συνεπώς, κανείς ότι από τις τρεις περιοχές της υπεριώδους ακτινοβολίας η λιγότερο διεισδυτική και βλαπτική θα ήταν η UVA ακτινοβολία .Στην πραγματικότητα, όμως, συμβαίνει το εντελώς αντίθετο. Η UVC, με το μικρότερο μήκος κύματος (200-280nm),δεν διεισδύει καθόλου στο δέρμα και επηρεάζει μόνο την κεράτινη στιβάδα όπου και σταματά. Η UVB (με μήκος κύματος 280-315 nm) διαπερνά μόνο τις πέντε στιβάδες της επιδερμίδας και σταματά στο επάνω μέρος του χόριου. Η UVA (με μήκος κύματος 315-400 nm) εισχωρεί βαθύτερα μέχρι το χόριο, ενώ η ορατή και η υπέρυθη εισχωρούν μέχρι τον υποδόριο ιστό.

Πίνακας 2. Ισχύς διείσδυσης του ηλιακού φάσματος στο δέρμα

Ακτινοβολία	UV-C	UV-B	UV-A	Ορατή	Υπέρυθη
Επιδερμίδα		↓	↓	↓	
Χόριο			↓	↓	
Υπόδερμα				↓	

Η υπερβολική έκθεση στον ήλιο είναι βλαβερή για το δέρμα .Οι υπεριώδεις ακτίνες του ήλιου δε διαπερνούν μόνο την επιδερμίδα ,αλλά επίσης και το χόριο ,όπου επηρεάζουν τα ζωντανά κύτταρα .Μια από τις άμυνες του δέρματος ενάντια στον ήλιο είναι η ικανότητα να μαυρίζει. Το μαύρισμα του ήλιου είναι μια προστατευτική ασπίδα του δέρματος να βοηθήσει να προληφθούν οι ακτίνες του ήλιου από το να προκαλέσουν ζημιά στους εσωτερικούς ιστούς .

Από την παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο παρατηρείται στην επιφάνεια του δέρματος αρκετή συσσώρευση νεκρών κυττάρων. Αυτό συμβαίνει γιατί η ηλιακή ακτινοβολία θέτει σε υπερλειτουργία τα μελανοκύτταρα του δέρματος. Η καθημερινή έκθεση στον ήλιο δεν αφήνει τα νεκρά κύτταρα να αποβληθούν από το δέρμα και έτσι αυτά συσσωρεύονται στην επιδερμίδα γιατί δεν προλαβαίνουν να αποβληθούν φυσιολογικά. Το δέρμα φαίνεται αφυδατωμένο, τραχύ, χάνει τη λάμψη και τη φωτεινότητά του.

Η έκθεσή μας στην ηλιακή ακτινοβολία μπορεί να έχει πολλές και σοβαρές συνέπειες για το δέρμα και γενικά για τον οργανισμό μας. Από, αυτές άλλες εμφανίζονται αμέσως μετά την έκθεση στον ήλιο και άλλες είναι αποτέλεσμα της αθροιστικής δράσης της υπεριώδους ακτινοβολίας και εμφανίζονται μετά από μακροχρόνια επαναλαμβανόμενη έκθεση σ' αυτήν.

Έτσι οι βλαπτικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας στον οργανισμό μας ταξινομούνται ως εξής :

Οι Οξείες όπως :

Το ηλιακό ερύθημα. Η έκθεση του δέρματος στην ηλιακή ακτινοβολία έχει σαν αποτέλεσμα την πρόκληση, μέσα σε χρονικό διάστημα ολίγων λεπτών, δερματικού ερυθήματος. Το ερύθημα είναι αποτέλεσμα αγγειοδιαστολής και παραγωγής φλεγμονωδών ουσιών στο δέρμα, λόγω της επίδρασης κυρίως, της UVB ακτινοβολίας.

Το ηλιακό έγκαυμα. Όταν συνεχισθεί η έκθεση στον ήλιο, το ερύθημα εξελίσσεται σε έγκαυμα.

Φωτοδερματοπάθειες. Η έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία προκαλεί σε ορισμένα άτομα την εμφάνιση φωτοδερματοπαθειών, όπως είναι το πολύμορφο εξάνθημα από το φως ή επιδεινώνει άλλα νοσήματα, όπως είναι ο ερυθρηματώδης λύκος, η λεύκη κ.α.

Φωτοευαισθητοποίηση. Η ηλιακή ακτινοβολία (κυρίως η υπεριώδης) ενοχοποιείται για την πρόκληση φωτοευαισθησίας σε άτομα που παίρνουν συγχρόνως ορισμένα φάρμακα. Τέτοια φάρμακα είναι οι τετρακυκλίνες, η ιμιπραμίνη κ.α.

Οι Χρόνιες όπως :

Η φωτογήρανση. Η χρόνια έκθεση στον ήλιο έχει σαν αποτέλεσμα την συσσωρευτική δράση της ακτινοβολίας, λόγω της οποίας προκαλείται γήρανση του δέρματος.

Φωτοκαρκινογένεση. Η ηλιακή ακτινοβολία (κυρίως η UVB) προκαλεί βλάβες της δομής του DNA των κυττάρων, οι οποίες μπορεί να καταλήξουν σε μεταλλάξεις των κυττάρων και καρκινογένεση.

Φωτοανοσοκαταστολή. Προκαλείται και από τα δύο είδη ακτινοβολίας UVA και UVB, αλλά κυρίως από την UVB. Χρονίως η ανοσοκαταστολή ευνοεί την καρκινογένεση.

Οφθαλμικές βλάβες.

Καταστροφή του DNA.

Φυσιικοί μηχανισμοί άμυνας του δέρματος κατά της ηλιακής ακτινοβολίας

Το ανθρώπινο δέρμα, σαν προστατευτικό όργανο που είναι, έχει αναπτύξει τους δικούς του φυσικούς μηχανισμούς άμυνας και αυτοπροστασίας, απέναντι στις βλαπτικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας .Οι αμυντικοί αυτοί μηχανισμοί που διαθέτει το δέρμα είναι:

Η πάχυνση της επιδερμίδας .Η πρώτη ζώνη προστασίας απέναντι στις διάφορες ακτινοβολίες που προσπαθούν να διεισδύσουν στο δέρμα μας είναι η κερατίνη στιβάδα .Τα κύτταρα της βασικής στιβάδας της επιδερμίδας αντιδρούν στην ακτινοβολία με πολλαπλασιασμό ,ο οποίος έχει σαν αποτέλεσμα την πάχυνση της επιδερμίδας .Η κερατίνη στιβάδα γίνεται μέχρι και 10 φορές παχύτερη και η πάχυνσή της ολοκληρώνεται μετά από 2-3 εβδομάδες στον ήλιο .Η πάχυνση της κερατίνης στιβάδας εξασφαλίζει την προστασία των βαθύτερων ζωντανών επιδερμικών κυττάρων με την απορρόφηση ,την ανάκλαση ,την διάχυση ή το φιλτράρισμα της προσπίπτουσας ακτινοβολίας, εξασθενώντας έτσι την υπερϊώδη ακτινοβολία .Γι' αυτό το λόγο, δικαιωματικά χαρακτηρίζεται σαν η ηλιακή ομπρέλα της επιδερμίδας.

Το ηλιακό ερύθημα και έγκαυμα .Όσο και αν ακούγεται περίεργο ,το ηλιακό ερύθημα είναι το πρώτο μέτρο αυτοπροστασίας που παίρνει το δέρμα όταν ακτινοβολείται .Η μεγάλη συγκέντρωση ερυθρών αιμοσφαιρίων που συνεπάγεται το ερύθημα μειώνει την αρχική ένταση της UVB ακτινοβολίας και προστατεύει το δέρμα, μέχρι αυτό να προλάβει να αναπτύξει τους άλλους μηχανισμούς του .Το ερύθημα φτάνει στο μέγιστο 12-24 ώρες μετά την έκθεση στον ήλιο και υποχωρεί 2 ημέρες μετά την έντονη έκθεση .

Η μελανογένεση .Η αύξηση των επιπέδων χρωστικής μελανίνης, το γνωστό μαύρισμα αποτελεί τον πιο σημαντικό μηχανισμό αυτοπροστασίας του δέρματος .Η παραγωγή μελανίνης επιτυγχάνεται μέσω βιολογικών αντιδράσεων ,στις οποίες η υπεριώδης ακτινοβολία παίζει καταλυτικό ρόλο. Το δέρμα χρειάζεται 3-4 ημέρες για να αρχίσει να μαυρίζει ,επειδή η μελανίνη μεταναστεύει αργά προς την επιφάνεια . Το μαύρισμα προστατεύει από όλο το φάσμα της υπεριώδους ακτινοβολίας (UVA και UVB) και επομένως αποτελεί ασπίδα και για την επιδερμίδα όπου η UVB μπορεί να κάνει μεγάλη ζημιά, αλλά και για το χόριο ,όπου η UVA επιδρά στις ίνες κολλαγόνου και ελαστίνης καθώς και στο υαλουρονικό οξύ .

Ο ιδρώτας και το σμήγμα .Ο ιδρώτας προσφέρει μικρή αντιηλιακή προστασία ,μέσω του ουροκανικού οξέος που περιέχεται σ' αυτόν .Το ουροκανικό οξύ περιέχεται στον ιδρώτα σε πυκνότητα 1 mg/ml και έχει ασθενή προστατευτική δράση .Όταν όμως η εφίδρωση συνδυάζεται με την έκθεση στον ήλιο, η συγκέντρωση του ουροκανικού οξέος στον ιδρώτα διπλασιάζεται και η προστατευτική του δράση αυξάνεται. Μικρή προστασία επίσης ,από την ηλιακή ακτινοβολία παρέχει το σμήγμα .

Η ενεργοποίηση ενζύμων .Ως γνωστόν ,με την επίδραση της υπεριώδους ακτινοβολίας στο δέρμα παράγονται ελεύθερες ρίζες οξυγόνου .Το δέρμα προστατεύεται από αυτές ,με την κινητοποίηση συστημάτων ενζύμων τα οποία απενεργοποιούν τις ελεύθερες ρίζες, αποτρέποντας έτσι την καταστροφή των κυτταρικών μεμβρανών και των πρωτεϊνών της επιδερμίδας και του χορίου .

Η αυτοεπανόρθωση. Το δέρμα διαθέτει μηχανισμούς αυτοεπανόρθωσης δια μέσου της εκτομής και απομάκρυνσης, αποκαθιστώντας τις βλάβες που προκλήθηκαν στη δομή του DNA από την υπεριώδη ακτινοβολία και προλαμβάνοντας έτσι ,τις μεταλλάξεις και τη γένεση καρκινικών κυττάρων.

Όταν οι μηχανισμοί αυτοπροστασίας του δέρματος και κυρίως η πάχυνση της επιδερμίδας και το μαύρισμα, έχουν εγκατασταθεί πλήρως ,δηλαδή περίπου σε 3 εβδομάδες σε ηλιόλουστη περιοχή ,το δέρμα έχει αναπτύξει προστασία κατά 100 φορές μεγαλύτερη σε σχέση με το απροετοίμαστο δέρμα .Επομένως, το πολύ καλά και με φυσικό τρόπο μαυρισμένο δέρμα ,δεν έχει μεγάλη ανάγκη από αντηλιακή προστασία ,παρά μόνο τις 3 πρώτες εβδομάδες μέχρι να αναπτύξει μελανίνη.Έχει παρατηρηθεί ότι οι μεγαλύτερες βλάβες στο δέρμα συμβαίνουν τις πρώτες ημέρες της άνοιξης ,επειδή το δέρμα δεν έχει προλάβει ακόμη να αναπτύξει τους αμυντικούς του μηχανισμούς .

Αντηλιακά προϊόντα

Αντηλιακά ονομάζονται τα κοσμετολογικά προϊόντα που εμποδίζουν την διείσδυση της ηλιακής ακτινοβολίας στο δέρμα και αποτρέπουν ή ελαχιστοποιούν τις βλαπτικές συνέπειες της ακτινοβολίας αυτής, άμεσες ή όψιμες, στον ανθρώπινο οργανισμό. Αποτελούνται από ένα μόνο φίλτρο ή από συνδυασμό οργανικών αντηλιακών φίλτρων ,και ανόργανων φωτοανακλαστών, που είναι ενσωματωμένα σε ένα κοσμετολογικό έκδοχο. Το έκδοχο μπορεί να έχει μορφή κρέμας, αλοιφής, κρεματοειδούς, γαλακτώματος, γέλης, λοσιόν, ελαίου, spray ή stick. Τα αντηλιακά σε μορφή γαλακτώματος ή κρέμας θεωρείται ότι προσφέρουν καλύτερη προστασία από τα αντηλιακά λάδια.

Η επιλογή του κατάλληλου, για κάθε περίπτωση, αντηλιακού παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στη σωστή προστασία του δέρματος κατά τη διάρκεια της έκθεσής του στον ήλιο .

Η επιλογή πρέπει να γίνεται με κριτήριο τον τύπο του δέρματος (κανονικό, λιπαρό ή ξηρό), τον φωτότυπο, τον δείκτη προστασίας, τις συνθήκες περιβάλλοντος, την περιοχή του σώματος που θα εφαρμοστεί το αντηλιακό, καθώς και τις ιδιαιτερότητες του ατόμου (δερματολογικές ασθένειες, αλλεργίες κ.α.).

Ένα αποτελεσματικό αντηλιακό προϊόν θα πρέπει να έχει τα εξής χαρακτηριστικά :

- να έχει ευρύ φάσμα απορρόφησης (UVA και UVB) και να απορροφά την υπέρυθη και μέρος της ορατής ακτινοβολίας ,
- να είναι κοσμετολογικά αποδεκτό ,δηλαδή να απλώνεται ομοιόμορφα στο δέρμα ,αφήνοντας αόρατο φιλμ ,
- να είναι φωτοχημικά σταθερό,

- να απορροφά την ακτινοβολία χωρίς να διασπάται σε τοξικά παράγωγα ή να δημιουργεί αντιδράσεις ευαισθητοποίησης ,
- να μην επηρεάζει την ακεραιότητα του δέρματος ,
- να έχει μακρά διάρκεια δράσης σε επαναλαμβανόμενη χρήση σε μεγάλες επιφάνειες ,
- να είναι άοσμο και να μη βάφει τα ρούχα και τέλος
- να μην εξατμίζεται και να είναι ανθεκτικό στο νερό και στον ιδρώτα .

Η αντηλιακή κρέμα θα πρέπει να ανανεώνεται πολλές φορές την ημέρα, γιατί διαφορετικά δεν δρα πλέον προστατευτικά, εφόσον αλλοιώνεται με τον ιδρώτα και το νερό της θάλασσας. (από το βιβλίο Φωτογήρανση-Φωτοπροστασία, του Γεώργιου Γραμματικόπουλου).

Η εμφάνιση του δέρματος των ενηλίκων

Είναι η ηλικία που τα λιπογόνα κύτταρα μαζί με τις πρωτεΐνες, την ελαστίνη και το κολλαγόνο ,δίνουν στο δέρμα απαλή λάμψη .Το δέρμα είναι σφριγηλό, λαμπερό με ελάχιστες ρυτίδες έκφρασης. Όμως λόγω της κακής διατροφής, του στρες ,του ακανόνιστου ύπνου ,του καπνίσματος ,της παράληψης ή της λανθασμένης περιποίησης, το δέρμα μπορεί πρόωρα να χάσει την λάμψη του, να αφυδατωθεί και οι ρυτίδες έκφρασης να γίνουν εντονότερες .

Χρειάζεται υγιεινή διατροφή ,σωστός ύπνος ,γυμναστική, αποφυγή της ηλιοθεραπείας. Είναι η ώρα που τα προϊόντα της απολέπισης, υδάτωσης στις ευαίσθητες περιοχές γύρω από τα μάτια και το λαιμό, είναι απαραίτητα. Σ' αυτήν την παραγωγική για τις γυναίκες ηλικία, δηλαδή στην περίοδο της εγκυμοσύνης ,λόγω της αύξησης των οιστρογόνων και της προγεστερόνης υπάρχει τέλεια ισορροπία και λάμψη στην επιδερμίδα της εγκύου .

Υπάρχει βέβαια κίνδυνος να παρουσιαστεί αφυδάτωση, δυσχρωμίες (πανάδες-φακίδες) και λόγω του απότομου βάρους παρατηρούνται ραβδώσεις που οφείλονται στον απότομο διαχωρισμό των ινών του κολλαγόνου .

Χρειάζεται καθημερινή περιποίηση με υδατικά προϊόντα για ενίσχυση των πρωτεϊνών του δέρματος .(από το βιβλίο Αισθητική Προσώπου 2, της Δερβίσογλου Κυριακής).

Το δέρμα στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση

Μετά την ηλικία των σαράντα, στο υγιές δέρμα οι εκκρίσεις του σμήγματος αρχίζουν να μειώνονται ενώ επιβραδύνεται η ανανέωση των κυττάρων. Το δέρμα χάνει την λάμψη και την ελαστικότητά του εξαιτίας αυτών των εναλλαγών. Οι ρυτίδες είναι πλέον εμφανείς. Βέβαια οι εναλλαγές ποικίλουν ανάλογα με τα γονίδια ,την έκθεση στον ήλιο ,τη γυμναστική ,τη σωστή ή μη περιποίηση που έχει δεχθεί το δέρμα μέχρι τώρα .

Παρατηρείται χαλάρωση που οφείλεται στη μειωμένη παραγωγή του δέρματος σε λίπος ,σε κολλαγόνο και ελαστίνη. Λόγω της επιβράδυνσης στην ανανέωση των κυττάρων, η κερατίνη στιβάδα γίνεται σκληρή ,μοιάζει βαθιά ρυτιδωμένη .

Το δέρμα γίνεται λεπτότερο ανοιχτόχρωμο λόγω της έλλειψης σταθερότητας στην κυκλοφορία του αίματος .

Η ορμονική μείωση μπορεί να δημιουργήσει ξηρότητα ,το δέρμα χάνει την λάμψη του ,δεν είναι ιδιαίτερα ελαστικό. Στα χέρια εμφανίζονται τα πρώτα σκουρόχρωμα στίγματα .

Απαιτείται η χρήση προϊόντων μαλακτικών, απολέπισης, υπεραιμίας , έντονη ενυδάτωση και ενίσχυση του λίπους και της υγρασίας .

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΑΦΥΔΑΤΩΣΗΣ

Για την ενυδάτωση ενός αφυδατωμένου δέρματος τοποθετούνται στην επιφάνεια της επιδερμίδας, σε μορφή καλλυντικών προϊόντων, υγροσκοπικοί ή υδατικοί παραγόντες και μια πολυμερισμένη ζελατινώδη ουσία.

Η τοποθέτηση ως καλλυντικών στην επιφάνεια του δέρματος, παραγόντων υδατικών ή υγροσκοπικών (όπως η λανολίνη, η γλυκερόλη, η σορβιτόλη κ.α.), επιτρέπει μια ενυδάτωση των κερατινοποιημένων στρωμάτων της επιφάνειας της επιδερμίδας. Αυτοί οι παράγοντες είναι γνωστοί στους αισθητικούς και προστίθενται με διάφορες μορφές στα δραστικά στοιχεία των κρεμών και των γαλακτωμάτων που λέγονται υδατικά.

Η δράση τους είναι να ενυδατώσουν την επιφάνεια της επιδερμίδας, εμποτίζοντας την και να δημιουργούν μια πιο γρήγορη προώθηση του νερού που βρίσκεται μεταξύ των κυττάρων, που φυσιολογικά υπάρχει στα βαθύτερα στρώματα της επιδερμίδας, προς τις ανώτερες στιβάδες που βρίσκονται υπό κερατινοποίηση και προς τα κύτταρα της κερατίνης. Αυτό το στοιχείο είναι πολύ αποτελεσματικό στα άτομα που είναι ακόμα νέα και το δέρμα τους είναι καλά ενυδατωμένο. Είναι λιγότερο αποτελεσματικό στα γερασμένα πρόσωπα ή στα ιδιαίτερα αφυδατωμένα, όπου η ενυδάτωση στο βάθος της επιδερμίδας και του επιφανειακού στρώματος του κυρίως δέρματος, είναι ήδη περιορισμένη.

Η πολυμερισμένη ζελατινώδης μάζα χάρη στην υπερυδατική της σύσταση (95% νερό) και χάρη στην πολύ στενή της προσκόλληση με τα κύτταρα της κερατίνης στιβάδας επιτρέπει την ενυδάτωση της επιδερμίδας. Ο μηχανισμός είναι ο ακόλουθος :

Στο πολυμερισμένο ζελέ υπάρχει συγκέντρωση νερού της τάξεως των 95%. Στα επιφανειακά κύτταρα της κερατίνης στιβάδας, η μέση περιεκτικότητα σε νερό είναι 8% και καμιά φορά και κατώτερη. Σε σχέση με την προσκόλληση του πολυμερισμένου ζελέ απέναντι στην επιδερμίδα, ανάμεσα σε αυτά τα δυο κέντρα γίνεται μια μεταφορά νερού με την οσμωτική πίεση και προκαλείται ένα εμπότισμα της επιδερμίδας με νερό.

Αυτό προσφέρει συγχρόνως μια αισθητική ικανοποίηση και από πλευράς φυσιολογίας, μια τόνωση και ενίσχυση της προστασίας της

κερατίνης. Για να είναι πιο τέλειο και πιο σαφές το αποτέλεσμα της υδατώσεως που επιτυγχάνεται με το πολυμερισμένο ζελέ, συμπληρώνεται με την προσθήκη των γνωστών υγροσκοπικών παραγόντων και με ένα υδρολιπιδικό προστατευτικό φίλτρο με pH 6 .

Άλλες ουσίες που ενυδατώνουν το δέρμα

Στο κανονικό δέρμα υπάρχει μια ισορροπία μεταξύ νερού που φθάνει στην κερατίνη στιβάδα από τη μητρική και του νερού που αποβάλλεται από την κερατίνη στην ατμόσφαιρα .

Στην περίπτωση εξωτερικών παραγόντων (κλιματολογικές συνθήκες, σαπούνια) η ταχύτητα αφυδάτωσης της κερατίνης γίνεται μεγαλύτερη από την ταχύτητα ενυδάτωσης που μένει σταθερή .

Αντίθετα κατά την αφυδάτωση της κερατίνης λόγω εσωτερικών παραγόντων η ενυδάτωση της γίνεται πιά μικρή από την ταχύτητα αφυδάτωσης που παραμένει σταθερή .

Οι ουσίες που έχουν την ιδιότητα να ενυδατώνουν και να μαλακώνουν το δέρμα ή να εμποδίζουν την αφυδάτωσή τους, λέγονται μαλακτικές .

Ο σχηματισμός ενός υδατικού παρασκευάσματος απαιτεί έκδοχα και ειδικούς παράγοντες που σκοπό έχουν να επαναφέρουν την κανονική ενυδάτωση στο δέρμα .

Τα υδατικά (ή ενυδατικά) καλλυντικά περιποίησης προσώπου βοηθούν τόσο στην ενίσχυση της φυσικής υγρασίας του δέρματος και στη σταθεροποίησή της μέσα σ'αυτό ,όσο και στην παρεμπόδιση της απώλειάς της απ' το δέρμα .

Στα υδατικά καλλυντικά ανήκουν κρέμες ή γαλακτώματα τύπου O/W ,δηλαδή με εξωτερική υδατική φάση και τα οποία μετά την εφαρμογή τους αφήνουν μια μη λιπαρή όψη στο δέρμα .Υπάρχουν και σε μορφή μη γαλακτωποιημένων προϊόντων (ζελ) .Τα καλλυντικά αυτά περιέχουν διάφορες ουσίες με σπουδαιότερες :

Μαλακτικές και υγραντικές ουσίες

Τέτοιες ουσίες είναι τα κερία ζωϊκής προέλευσης, οι τριγλυκερίνες, τα παραφινέλαια κ.α.

Στην περίπτωση που οι μαλακτικές ουσίες δρουν άμεσα ως μέσα μεταφοράς του νερού απ'την ατμόσφαιρα προς την κεράτινη στιβάδα ονομάζονται υγραντικές ουσίες όπως π.χ. η γλυκερίνη , η σορβιτόλη κ.α.

Το νερό

Απαραίτητο συστατικό της υδατικής φάσης των ενυδατικών καλλυντικών περιποίησης .

Άλλα συστατικά

Βιταμίνες, ένζυμα, κεραμίδια, λιποσώματα κ.α. είναι ορισμένες από τις ουσίες που ενισχύουν τη δράση των υδατικών προϊόντων .

Ειδικοί υδατικοί παράγοντες που είναι και συστατικά του δέρματος

N.M.F (Natural Moisturising Factors).

Πρόκειται για τον φυσικό παράγοντα ενυδάτωσης του δέρματος που βρίσκεται στις υδατικές ζώνες της κεράτινης στιβάδας του .Ο παράγοντας αυτός βοηθάει στη σταθεροποίηση του νερού στις στιβάδες του διατηρώντας την πλαστικότητα του δέρματος .Το N.M.F. που εν μέρει μπορεί να παρασκευαστεί συνθετικά είναι 8 φορές δραστικότερο απ' το φυσικό N.M.F.

Αποτελείται από υγροσκοπικά στοιχεία διαλυτά στο νερό, όπως αμινοξέα, ουρία, μεταλλικά ιόντα, οργανικά οξέα. Τη μεγαλύτερη συγκέντρωση παρουσιάζει η καρβοξυλική πυρολιδίνη που είναι αμινοξύ και χρησιμοποιείται ευρέως στην κοσμετολογία σαν στοιχείο ενυδάτωσης μόνο του ή σε συνδυασμό με άλλα στοιχεία N.M.F για την επιβράδυνση του γηρασμού του δέρματος.

Το υαλουρονικό οξύ

Πρόκειται για συστατικό του χορίου με έντονα υγροσκοπικές ιδιότητες (απορροφά μέχρι και 300 φορές το βάρος του σε νερό). Είναι

μυκοπολυσακχαρίτης που παίζει σημαντικό ρόλο στην προστασία της δομής του κολλαγόνου και προωθεί το μεταβολισμό του. Είναι υδατικός παράγοντας μέσα στα καλλυντικά ο οποίος όταν εφαρμόζεται στην επιφάνεια του δέρματος :

Σχηματίζει ιξωδοελαστικά υμένα ,τα οποία συγκρατούν νερό όπως συμβαίνει και στη μεσοκυττάρια ουσία του χορίου, κάνει τις γραμμές της επιφάνειας του δέρματος λιγότερο εμφανείς επειδή συγκρατεί μεγάλη ποσότητα νερού , σχηματίζει διαφανή υμένα χωρίς καμία λιπαρή ή κολλώδη αίσθηση. Επειδή ο σχηματιζόμενος υμένας του υαλουρονικού οξέως είναι πορώδης ,ο αέρας μπορεί να τον διαπεράσει επιτρέποντας έτσι το δέρμα να αναπνέει και τέλος, διευκολύνει να περνούν άλλες δραστικές ουσίες που τυχαίνει να περιέχονται στο προϊόν.

Ένας από τους παράγοντες που μεταβάλλουν τη διαβατότητα της κερατίνης στιβάδας είναι και το νερό. Η ενυδατωμένη κερατίνη στιβάδα παρουσιάζει 10 φορές περίπου μεγαλύτερη διαβατότητα από τη μη ενυδατωμένη .Αφού λοιπόν το νερό συγκρατείται από το ιξωδοελαστικό δίκτυο του υαλουρονικού οξέως και ενυδατώνει την κερατίνη στιβάδα, επιτρέπει στις ουσίες να τη διαβαίνουν ευκολότερα .Το υαλουρονικό οξύ συνδυάζεται με το κολλαγόνο. Έτσι είναι ιδανικό για την αντιμετώπιση της αφυδάτωσης και της ξηρότητας .

Το κολλαγόνο

Το κολλαγόνο είναι το κύριο συστατικό του συνδετικού ιστού του χορίου αποτελώντας περίπου το 75-80% του βάρους του ,μετά την αφαίρεση του νερού. Είναι μια πρωτεΐνη που βρίσκεται στους τένοντες και στα οστά με τη μορφή μικρών ινών (κολλαγόνες ίνες). Στο δέρμα υπάρχει σε δυο μορφές : το διαλυτό κολλαγόνο και το αδιάλυτο .

Το διαλυτό κολλαγόνο σε αντίθεση με το αδιάλυτο έχει την ικανότητα να απορροφά εύκολα υγρασία και να φουσκώνει ,δίνοντας ελαστικότητα στο συνδετικό ιστό .Καθώς το δέρμα γερνάει ,η ποσότητα του διαλυτού κολλαγόνου μειώνεται ενώ αυξάνεται η ποσότητα του αδιάλυτου .Αυτό εκδηλώνεται με απώλεια της ελαστικότητας του δέρματος και σχηματισμό ρυτίδων .Η προσθήκη διαλυτού κολλαγόνου στα προϊόντα (μάσκες ,κρέμες) προκαλεί αύξηση της ελαστικότητας και της υγρασίας του δέρματος .

Ο ρόλος του σμήγματος στη διατήρηση της ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας.

Όταν γίνει η ενυδάτωση πρέπει και να διατηρηθεί. Ο ρόλος του σμήγματος είναι να συμμετέχει στη διατήρηση αυτή .

Η εφαρμογή στην επιδερμίδα υδατικών καλλυντικών, τύπου νερό μέσα στο λάδι, με pH ταυτόσημο με εκείνο του φυσιολογικού σμήγματος θα βοηθήσει στην ανασύσταση και την τόνωση της προστατευτικής δράσεως της υδρολιπιδικής μεμβράνης και τον περιορισμό της υδρικής εξατμίσεως, χωρίς να ελαττωθούν οι ανταλλαγές ανάμεσα στην επιδερμίδα και το εξωτερικό περιβάλλον .

Πρέπει να τονισθεί ότι η διαρκής ύπαρξη της υδρολιπιδικής μεμβράνης στην επιφάνεια της επιδερμίδας είναι απαραίτητη για να προστατεύσει την επιδερμίδα από ότι θα μπορούσε να εισχωρήσει σε αυτήν και για να εμποδίσει το νερό να αποβληθεί .

Γενικά για να εισχωρήσει το προϊόν μέσα στο δέρμα εκτός από την τεχνική χρήση ,όπως η ιοντοφόρηση ,πρέπει το προϊόν που τοποθετείται να είναι διαλυτό στα λίπη του δέρματος .

Στο επίπεδο της κερατίνης στιβάδας δεν μιλάμε για εισχώρηση, η ενέργεια του καλλυντικού προϊόντος θα πρέπει να είναι η δυνατότητα μεταφοράς του νερού (προς την επιφάνεια ,της οποίας το νερό είναι ο ουσιαστικός αναπλαστικός παράγοντας και η διατήρηση αυτού του νερού ,στο κέντρο της κερατίνης στιβάδας, μαζί με μερικά αμινοξέα και μερικά ολιγοστοιχεία με μορφή ιόντων). Τέλος ,να αποφεύγεται χωρίς να σταματά τελείως ,η διαπνοή και η εξάτμιση του νερού ,χάρη στη διαρκή παρουσία στην επιφάνεια ενός σμήγματος καλής ποιότητας ,με κατάλληλο pH.

Πηγή του απαραίτητου υδατικού ανεφοδιασμού ,για την επιδερμίδα ,είναι το κυρίως δέρμα ,που είναι πολύ καλά αγγειωμένο από τα αγγειακά τριχοειδή που διακλαδίζονται σ'αυτό .Έτσι το νερό μέσα στο δέρμα ,είναι εντοπισμένο στο εσωτερικό της επιδερμίδας και περισσότερο στη θεμέλια ουσία του κυρίως δέρματος .

Το γενικό πλαίσιο περιποίησης του αφυδατωμένου δέρματος από τον/την αισθητικό .

Το γενικό πλαίσιο περιποίησης του αφυδατωμένου δέρματος συνοψίζεται στους εξής δύο βασικούς στόχους :

- Στην ενίσχυση της φυσικής υγρασίας του δέρματος (ενεργητική αντιμετώπιση αφυδάτωσης) .
- Στον περιορισμό της απώλειας της υγρασίας του δέρματος (παθητική αντιμετώπιση αφυδάτωσης) .

Η φυσική υγρασία του δέρματος ενισχύεται με τη διείσδυση σε αυτό ενυδατικών παραγόντων κατα κύριο λόγο ,με διάφορες μεθόδους όπως μάλαξη, ιοντοφόρηση κ.α. Επίσης η εφαρμογή μηχανημάτων στο πρόσωπο όπως φαραδικού και γαλβανοφαραδικού ρεύματος ,αυξάνει τον ρυθμό ενυδάτωσης του δέρματος ,ως αποτέλεσμα της γενικότερης βελτίωσης των λειτουργιών του .

Τέλος ,συμβουλεύεται το άτομο να ακολουθεί υδρική διατροφή πλούσια σε φρούτα ,λαχανικά και νερό, για την ενίσχυση της υδάτωσης του οργανισμού αλλά και του δέρματος .

Η απώλεια της υγρασίας του δέρματος περιορίζεται με την εφαρμογή κατάλληλων καλλυντικών στο δέρμα τα οποία δημιουργούν ένα προστατευτικό φραγμό στην επιφάνειά του ,εμποδίζοντας την υγρασία να διαφύγει στο περιβάλλον .(από το βιβλίο Αισθητική Προσώπου σε 110 ερωτήσεις-απαντήσεις, της Ελένης Νικολάου).

Ποιά τα στάδια θεραπείας (αντιμετώπισης) του αφυδατωμένου δέρματος από τον/την αισθητικό.

Αντιμετωπίζεται το αφυδατωμένο δέρμα ,ακολουθώντας τα στάδια περιποίησης της ενυδάτωσης του δέρματος .

Η ενυδάτωση περιλαμβάνει τα εξής στάδια :

Απλός καθαρισμός δέρματος με γαλάκτωμα και λοσιόν,

Εφαρμογή πήλινγκ (προαιρετικά). Εάν θα γίνει πήλινγκ εξαρτάται από το στάδιο της αφυδάτωσης του δέρματος ,το βασικό του τύπο και την ποιότητα του,

Εφαρμογή ειδικής αμπούλας με ιοντοφόρηση . Ιοντοφόρηση είναι η εισαγωγή ουσιών υπό μορφή ιόντων στο δέρμα με τη βοήθεια του ηλεκτρικού ρεύματος. Μερικές από τις αμπούλες που χρησιμοποιούνται

για ενυδάτωση είναι: οι αμπούλες κολλαγόνου, ελαστίνης, λεκιθίνης, οι αμπούλες φυτικών εκχυλισμάτων, λιποσωμάτων κ.α.

Εφαρμογή μάλαξης προσώπου .Επιλέγεται ή συνδυάζεται ο τύπος της μάλαξης που θα εφαρμοστεί (π.χ.κλασική και λεμφική μάλαξη) για τη βελτίωση των λειτουργιών του δέρματος.

Η κακή κυκλοφορία του αίματος και της λέμφου δημιουργεί ένα αρκετά σημαντικό αισθητικό πρόβλημα αφυδάτωσης του δέρματος.

Γι' αυτό το λόγο πρέπει να τονωθεί η αρτηριακή και λεμφική κυκλοφορία. Αυτό επιτυγχάνεται στο εργαστήριο αισθητικής με ειδικά κυκλοφορικά μασάζ, δηλαδή με λεμφική αποστράγγιση, η οποία πραγματοποιείται με ειδικούς χειρισμούς, επάνω στο λεμφικό δίκτυο του προσώπου και με κυκλοφορικό μασάζ το οποίο πραγματοποιείται επάνω στο φλεβικό δίκτυο και στο μυϊκό σύστημα του προσώπου.

Εφαρμογή μάσκας προσώπου . Χρησιμοποιούνται ενυδατικές μάσκες προσώπου που απομακρύνονται μονοκόμματα γιατί αυτές έχουν τα πλεονεκτήματα των μασκών κλειστού τύπου.

Μάσκες που ενυδατώνουν την επιδερμίδα είναι : οι μαλακές ή φυσικές μάσκες, οι μάσκες με αλόη, με γλυκερίνη, οι μάσκες φυκιών, βιταμινών, η θερμομάσκα, η ελαστική μάσκα, η μάσκα εμποτισμένου φύλλου και οι μάσκες αρωματοθεραπείας.(από το βιβλίο Επάγγελμα Αισθητικός, της Τιμοθέας Πατζίκα)

Εφαρμογή κρέμας .Γίνεται επιλογή του κατάλληλου τύπου υδατικής κρέμας που εφαρμόζεται για να ολοκληρωθεί η θεραπεία .

Φρουτοθεραπεία

Μια άλλη περιποίηση που μπορεί να γίνει από τον/την αισθητικό για την ενυδάτωση του αφυδατωμένου δέρματος είναι η φρουτοθεραπεία. Με τον όρο φρουτοθεραπεία ονομάζεται η χρήση φρούτων φρέσκων ή αποξηραμένων και των εκχυλισμάτων τους.

Στηρίζεται στη χρήση γαλβανικού ρεύματος με τη συσκευή της ιοντοφόρησης. Προηγείται καθαρισμός ή και peeling αν θεωρηθεί απαραίτητο. Στη συνέχεια γίνεται μασάζ με βιταμινούχο κρέμα κατά προτίμηση να περιέχει και το φρούτο που χρησιμοποιήθηκε. Έπειτα γίνεται εφαρμογή μάσκας και τέλος κρέμας.

Συμβουλές για καθημερινή φροντίδα στο σπίτι σε άτομο με αφυδατωμένο δέρμα

Το αφυδατωμένο δέρμα συνοδεύεται από τα πρώτα σημάδια της γήρανσης του δέρματος και χαρακτηρίζει μια γυναίκα στην ηλικία 45-55 ετών ή και λίγο νωρίτερα ,ανάλογα με τις συνθήκες ζωής της .

Η περιποίησή του στο σπίτι ,συνίσταται στα εξής :

- Απλός καθαρισμός δέρματος με γαλάκτωμα,
- Τόνωση δέρματος με δροσιστική λοσιόν χωρίς αλκοόλη που συνήθως περιέχει εκχύλισμα χαμομηλιού ,λεβάντας ,δεντρολίβανου κ.α.,
- Καλλυντικές κρέμες. Ενδείκνυται η καθημερινή χρησιμοποίηση ενυδατικής κρέμας ενισχυμένης με λιποσώματα ,βιταμίνες ,ένζυμα και άλλους βιολογικούς παράγοντες .

Ενδείκνυται η χρησιμοποίηση θρεπτικής κρέμας κάθε βράδυ ,γιατί προσπαθούμε να ενισχύσουμε τα φυσικά λιπίδια του δέρματος ,αλλά και να εμποδίσουμε την περαιτέρω αφυδάτωση του, στοχεύοντας παράλληλα και στην ανάπλαση του δέρματος .

Ενδείκνυται ακολούθως η χρησιμοποίηση αναγεννητικών κρεμών. Η εφαρμογή αυτών των κρεμών προϋποθέτει τη χρησιμοποίηση αντιηλιακής κρέμας καθημερινά ,

Άλλα προϊόντα περιποίησης

Προτείνεται η εφαρμογή επιφανειακών πήλινγκ (όχι ιδιαίτερος αυτών με τους χοντρούς κόκκους) ,γιατί η τριβή που απαιτείται για την απομάκρυνσή τους απ' το δέρμα ,πιθανόν να ερεθίσει την στεγνή επιφάνεια του ώριμου δέρματος ενώ η βίαιη απομάκρυνσή τους συνήθως ενισχύει τη δερματική χαλάρωση .Η συχνότητα των πήλινγκ , γύρω στα 45 χρόνια στις γυναίκες (δηλαδή σε ώριμα ,ξηρά και πρόωρα γηρασμένα δέρματα) πρέπει να είναι αυξημένη δεδομένου ότι σε αυτή την ηλικία ο ρυθμός ανάπλασης



των κυττάρων του δέρματος μειώνεται κατά 50 % .

Προτείνεται η εφαρμογή θρεπτικών ή ενυδατικών ή και συσφικτικών масκών προσώπου σε συνδυασμό .

Συστήνεται, τέλος, η εφαρμογή αμπούλας προσώπου ,που συνήθως περιέχει κάποιο δραστικό συστατικό που ενισχύει τη δράση της αντίστοιχης κρέμας προσώπου (π.χ.αμπούλα βιταμίνης E ,A κ.α).

Σωστή περιποίηση του δέρματος

Είναι πολύ σημαντικό το δέρμα να είναι υγιές διατηρώντας τη σωστή ποσότητα υγρασίας ,την ελαστικότητά του και το pH του .Η σωστή φροντίδα του δέρματος χρειάζεται να γίνει σε όλους τρόπος ζωής και να γίνεται με προϊόντα που σέβονται τις ανάγκες του .

Όποιοι κι αν είναι ο τύπος της επιδερμίδας ,υπάρχουν τρεις βασικοί παράγοντες τους οποίους οφείλει να σκεφτεί κανείς σοβαρά αν επιθυμεί μια νεανική επιδερμίδα.

Καλό είναι να καθαρίζεται συχνά το δέρμα ,να ενυδατώνεται σωστά και να προστατεύεται, πριν εμφανιστούν τα προβλήματα που σχετίζονται με τον κάθε τύπο επιδερμίδας.

Καθαρισμός

Αν επιθυμείτε η επιδερμίδα σας να φαίνεται και να είναι υγιής, ο προσεκτικός καθαρισμός είναι πολύ σημαντικός. Είναι γεγονός ότι τίποτα δεν μπορεί να συγκριθεί με το αίσθημα φρεσκάδας ενός φρεσκοπλυμένου προσώπου, αλλά υπάρχει μια λεπτή διαφορά ανάμεσα σε μια καθαρή επιδερμίδα και μια επιδερμίδα που έχει ταλαιπωρηθεί από το τρίψιμο. Η τελευταία αναδεικνύει ελάχιστα την ομορφιά, ενώ αντιθέτως καταστρέφει την ισορροπία του pH του δέρματός .

Υπάρχουν τζελ που ξεπλένονται με νερό, υγρά τζελ με υδροξυ-οξέα (AHAS), γαλακτώματα και σαπούνια.

Το σαπούνι μπορεί να ξηράνει την επιδερμίδα γιατί διαλύει και απομακρύνει τα έλαια και τα λιπίδια που <<σφραγίζουν>> το νεκρό στρώμα του δέρματος.Οι κανονικές επιδερμίδες εξισορροπούν αυτή την ανεπάρκεια λιπιδίων μέσα σε λίγες ώρες, αλλά οι ξηρές επιδερμίδες συχνά δεν μπορούν να παράγουν αρκετά λιπίδια για να εξισορροπήσουν αυτό το έλλειμα μέχρι την επόμενη φορά που θα πλύνετε το πρόσωπό σας.

Αν χρησιμοποιείτε σαπούνι με νερό αυξημένης σκληρότητας θα διαπιστώσετε πως ξεβγάζεται με δυσκολία. Τα υπολείμματα που μένουν μπορούν να επηρεάσουν την όξινη ισορροπία της επιδερμίδας και να συνεχίσουν να ξηραίνουν τα λιπίδιά της ακόμα και μετά το τέλος του πλυσίματος.

Αντίθετα τα υγρά καθαριστικά περιέχουν εκτός από επιφανειοδραστικές ουσίες και διυγραντικές ουσίες για τη διατήρηση της υγρασίας του δέρματος. Το δέρμα με τη βοήθεια των ουσιών αυτών αρχίζει τη φυσιολογική διαδικασία ενυδάτωσής του. Έτσι λοιπόν τα υγρά καθαριστικά ,καθαρίζουν και ταυτόχρονα παρέχουν κάποιο βαθμό ενυδάτωσης χωρίς όμως αυτό να σημαίνει ότι αντικαθιστούν τις ενυδατικές κρέμες .

Τα καλλυντικά προϊόντα καθαρισμού είναι κατασκευασμένα έτσι ώστε να διαλύουν και τις πιο επίμονες συνθέσεις των προϊόντων μακιγιάζ, τα περιττά έλαια της επιδερμίδας και τη ρυπαρότητα. Το καλύτερο προϊόν καθαρισμού είναι αυτό που δεν βλάπτει τα λιπίδια του δέρματος, με αποτέλεσμα η επιδερμίδα να φαίνεται και να είναι απαλή και δροσερή χωρίς φραγμένους πόρους.

Όταν η επιδερμίδα είναι καθαρή και απαλλαγμένη από κάθε ξένη ουσία, τότε μπορεί να απορροφήσει και να αφομοιώσει στον επιθυμητό βαθμό τα θρεπτικά συστατικά που περιέχουν οι ενυδατικές κρέμες.

Εκτός από τις ψυχολογικές ανάγκες, η βελτιωμένη κυκλοφορία και μια πιο λαμπερή επιδερμίδα, είναι ίσως τα καλύτερα αποτελέσματα μιας καθημερινής φροντίδας με βάση το νερό.

Τόνωση

Μέχρι πρόσφατα η καθιερωμένη ρουτίνα ομορφιάς ήταν ο καθαρισμός σε συνδυασμό με τόνωση και ενυδάτωση .Ωστόσο, χάρη στη σύνθεση των νέων προϊόντων, η ανάγκη για προϊόντα τόνωσης γίνεται όλο και πιο σπάνια .

Υπάρχουν δύο τύποι προϊόντων τόνωσης :

- Ο πρώτος, για λιπαρές επιδερμίδες, μπορεί να περιέχει οινόπνευμα σε ποσοστό άνω του 70%, απολεπιστικό σαλικυλικό οξύ, διαλυτικές, στυπτικές, χρωματικές και αρωματικές ουσίες .
- Ο δεύτερος τύπος ,για κανονικές προς ξηρές επιδερμίδες, δεν περιέχει οινόπνευμα και διαλυτικές ουσίες, αλλά

περιέχει μαλακτικές ουσίες όπως αλλαντοΐνη και γλυκερίνη ,καταπραϋντικά φυτικά εκχυλίσματα και αρώματα.

Τα τονωτικά προϊόντα μπορεί να δίνουν μια αίσθηση δροσιάς αλλά στην ουσία, είναι μια εναλλακτική λύση αντί του νερού για την απομάκρυνση της υπερβολικής λιπαρότητας .Σε αντίθεση με το νερό όμως, μπορεί να ερεθίσουν το δέρμα. Τα τονωτικά, οι λοσιόν, τα αναζωογονητικά σπρέι και όλα τα παρεμφερή προϊόντα περιέχουν διαλυτικές ουσίες ,οι οποίες διαλύουν και αφαιρούν σημαντικά λιπίδια από την επιφάνεια της επιδερμίδας. Αν η επιδερμίδα σας είναι πολύ ξηρή ,αυτές οι διαλυτικές ουσίες θα προκαλέσουν αφυδάτωση .

Για το λόγο αυτό, χρησιμοποιείτε τα προϊόντα τόνωσης με επιφύλαξη και αφήστε τις αντιδράσεις της επιδερμίδας σας να σας οδηγήσουν. (από το βιβλίο του μακιγιάζ του Leigh Toselli)

Ενυδάτωση

Το νερό είναι απαραίτητο σε όλες τις λειτουργίες ,όχι μόνο του δέρματος ,αλλά ολόκληρου του οργανισμού .Κάθε μέρα από το δέρμα εξατμίζεται μια ποσότητα νερού που κατά μέσο όρο ανέρχεται στα 300 ml .Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται άδηλη αναπνοή και είναι παθητικό φαινόμενο (εξαρτάται από την υγρασία του δέρματος σε σχέση με την υγρασία της ατμόσφαιρας),σε αντίθεση με την εφίδρωση που είναι ενεργητικό φαινόμενο . Επίσης το νερό είναι ο βασικός κοινός παρανομαστής, αποτελώντας περίπου το 60% ενός βασικού προϊόντος περιποίησης της επιδερμίδας. Η λήψη αρκετής ποσότητας νερού, τόσο εξωτερικά όσο και εσωτερικά, είναι καθοριστική για την αποφυγή της αφυδάτωσης.

Η χρήση ενυδατικών προϊόντων μετά τον καθαρισμό αποτελεί την καλύτερη βοήθεια που μπορούμε να προσφέρουμε στο δέρμα προκειμένου να διατηρήσει ή και να ενισχύσει τα αποθέματα νερού που διαθέτει. Η σύγχρονη κοσμετολογία, μιμούμενη τους μηχανισμούς της φύσης ,προσφέρει σήμερα προϊόντα πλούσια σε συστατικά που βοηθούν στη συγκράτηση του νερού στην επιδερμίδα ,όπως για παράδειγμα υαλουρονικό οξύ, λιπίδια και αμινοξέα, γλυκερόλη, σορβιτόλη, γαλακτικό οξύ κ.α.

Είναι πολύ σημαντική η χρήση ενυδατικής κρέμα μια φορά την ημέρα ή ακόμα και πιά συχνά όταν το δέρμα παρουσιάζει έντονη ξηρότητα έτσι ώστε να διατηρήσει ή να επανακτήσει την ελαστικότητά του και να είναι υγιές .(από το βιβλίο Μικρά Μυστικά Ομορφιάς, Τιμοθέα Πατζίκα)

Προστασία -πρόληψη

Οι προστατευτικές κρέμες χρησιμοποιούνται σε περιπτώσεις που το δέρμα έρχεται σε επαφή με καυστικά υγρά για να μην ερεθιστεί . Αυτές οι κρέμες όταν εφαρμόζουν πάνω στο δέρμα αφήνουν συχνά ένα λεπτό προστατευτικό στρώμα.

Περιέχουν μαλακτικές (π.χ. γλυκερίνη, βαζελίνη κ.α) και προστατευτικές ουσίες (οξείδιο του ψευδαργύρου, διμεθικόνη κ.α) που προσδίδουν στο δέρμα απαλότητα και παρέχουν προστασία από το εξωτερικό περιβάλλον υποστηρίζοντας τη φυσιολογική υγρασία της επιδερμίδας .

Για να διατηρήσει το δέρμα μας την νεανικότητα του θα πρέπει να ξεκινήσουμε την περιποίησή του από την νεανική μας ηλικία (18-21 χρονών), χρησιμοποιώντας ενυδατική κρέμα καθώς και αντιηλιακό κάθε φορά που η επιδερμίδα μας εκτίθεται στον ήλιο. Όσο περνούν τα χρόνια θα πρέπει να προσανατολιζόμαστε σε καλλυντικά προϊόντα κατά της γήρανσης, τα οποία είναι πλούσια σε βιταμίνες (E,A και C) αντιοξειδωτικά και ισοφλαβόνες ,που ενισχύουν τους επιδιορθωτικούς μηχανισμούς του δέρματος και καθυστερούν ,όσο αυτό είναι δυνατόν ,την εμφάνιση των ρυτίδων .

Ένας σημαντικός παράγοντας είναι επίσης και η διατροφή .Μια ισορροπημένη διατροφή ,χωρίς πολλά λιπαρά ,δεν συμβάλλει μόνο στην καλή υγεία του δέρματος ,αλλά είναι ευεργητική για όλο τον οργανισμό μας .Συμπληρώστε την με 7-8 ποτήρια νερό την ημέρα , πράγμα το οποίο θα συμβάλει στο να ξαναβρεί το αφυδατωμένο δέρμα την υγρασία που του χρειάζεται, στην καλή πέψη των τροφών και θα ανανεώσει το πλάσμα του αίματος.

Τέλος θα πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι το κάπνισμα ,το αλκοόλ, και τα ξενύχτια είναι από τους μεγαλύτερους εχθρούς του δέρματός μας. Η νικοτίνη στον καπνό και το οινόπνευμα επηρεάζουν τα αιμοφόρα αγγεία και καθυστερούν την κυκλοφορία του αίματος .Η συχνή χρήση αλκοόλ μπορεί να γίνει η αιτία, τα αιμοφόρα αγγεία να διασταλλούν έως ότου τα μικροσκοπικά αγγεία σπάσουν στη λευκή περιοχή γύρω από τις κόρες των ματιών και κάτω από το δέρμα .Το κάπνισμα και η υπερβολική χρήση αλκοόλ, συμβάλλουν στην αφυδάτωση και χαλάρωση του δέρματος .

Στο θέμα των διασκεδάσεων και του αλκοόλ ,καλό είναι να εφαρμόζεται το ρητό των αρχαίων μας προγόνων : παν μέτρον άριστον .

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Η αφυδάτωση του δέρματος εξαρτάται από πολλούς παράγοντες όπως η κληρονομικότητα, ορισμένες ασθένειες, η διατροφή, η υπερβολική χρήση σαπουνιού κ.α. Εμφανίζεται όμως κυρίως στο γηρασμένο και στο φωτογηρασμένο δέρμα. Στο γηρασμένο δέρμα λόγω ορμονικών αλλαγών οι οποίες συμβάλλουν στην απώλεια τροφοδότησης του δέρματος με φυσικά έλαια και στη μειωμένη δέσμευση υγρασίας. Το φωτογηρασμένο δέρμα, το οποίο παρατηρείται εκτός από τους υπερήλικες και σε νεότερα άτομα, οφείλεται στην παρατεταμένη και μακροχρόνια έκθεση στον ήλιο (για το λόγο αυτό είναι απαραίτητη η χρήση αντιηλιακής κρέμας, ιδιαίτερα τους καλοκαιρινούς μήνες) .

Η αφυδάτωση του δέρματος είναι μια παροδική και αναστρέψιμη κατάσταση γι' αυτό καλό είναι να αντιμετωπίζεται αμέσως.

Η αντιμετώπιση της αφυδάτωσης μπορεί να γίνει άμεσα, είτε από το ίδιο το άτομο, είτε με τη βοήθεια αισθητικού. Το ίδιο το άτομο καλό είναι να χρησιμοποιεί ενυδατική κρέμα κάθε μέρα και αντιηλιακή όταν εκτίθεται στον ήλιο, να χρησιμοποιεί επίσης ενυδατικά καλλυντικά προϊόντα όπως μάσκες κ.α ,να προσέχει τη διατροφή του (μια ισορροπημένη διατροφή χωρίς πολλά λιπαρά, αλλά κυρίως πλούσια σε φρούτα και λαχανικά βοηθάει στην καλή υγεία του δέρματος) και να πίνει τουλάχιστον 7-8 ποτήρια νερό την ημέρα. Από την άλλη ο/η αισθητικός με διάφορες θεραπείες όπως η φρουτοθεραπεία και η ιοντοφόρηση, με τις κατάλληλες αμπούλες για ενυδάτωση, τις ενυδατικές μάσκες και τις κρέμες, βοηθάει πολύ στην αντιμετώπιση της αφυδάτωσης του δέρματος.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Επάγγελμα Αισθητικός - Τιμοθέα Πατζίκα, Εκδόσεις Πατάκη
2. Μικρά μυστικά ομορφιάς - Τιμοθέα Πατζίκα, εκδόσεις «ΕΛΛΗΝ», 1993
3. Το βασικό βιβλίο του επαγγελματία αισθητικού - Joel Gerson (Τόμος 2) ,εκδόσεις "ΙΩΝ", 1994
4. Το βιβλίο του μακιγιάζ - Leigh Toselli, εκδόσεις atlantis, Αθήνα 2006
5. Αισθητική προσώπου σε 110 ερωτήσεις-απαντήσεις -Ελένη Νικολάου, εκδόσεις Τυπωθήτω, Αθήνα 2002
6. Les nouvelles esthétiques
7. Αποτρίχωση 1- Ιωάννα Λεονταρίδου, τμήμα εκδόσεων Τ.Ε.Ι.Θ Θεσσαλονίκη 2004
8. Φωτογήρανση-Φωτοπροστασία -Γεώργιος Γραμματικόπουλος Θεσσαλονίκη 2001
9. Αισθητική προσώπου 2 -Δερβίσογλου Κυριακή, Θεσσαλονίκη 2002
10. Αισθητική προσώπου 3 -Δερβίσογλου Κυριακή, Θεσσαλονίκη 2002